



Утверждаю
Директор
МОБУ «Саратовская СОШ № 3»
Дивнич А.С.

Сезон: осенне-зимний период
Неделя: первая
Дни: 7 день примерного меню
Дата: 25.02.2025 г.

Ежедневное меню для обучающихся от 7 до 11 лет

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
54-9г	Рагу из овощей	180	3,4	9	16,4	160
54-5м	Котлета из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
Пром.	Сок персиковый	200	0,6	0	33	134,4
Пром.	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,3	9,9	48,9
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6
	Итого за Завтрак	625	22,4	13,2	93,4	581,7

Ежедневное меню для обучающихся с 12 лети старше

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
54-9г	Рагу из овощей	180	3,4	9	16,4	160
54-5м	Котлета из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
Пром.	Сок персиковый	200	0,6	0	33	134,4
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6
Пром.	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3
	Итого за Завтрак	600	20,7	12,9	83,5	532,8

Ежедневное меню для обучающихся с ОВЗ

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
54-9г	Рагу из овощей	180	3,4	9	16,4	160
54-5м	Котлета из курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
Пром.	Сок персиковый	200	0,6	0	33	134,4
Пром.	Яблоко	120	0,5	0,5	11,8	53,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,3	9,9	48,9
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6
	Итого за Завтрак	625	22,4	13,2	93,4	581,7

Ответственный по питанию

Хамина Н.Н.