

"Утверждаю"

Директор МКОУ "СОШ №26"

З.А. Бегиев
/Бегиев З.А./

"19" 05 2021г

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПО МКОУ "СОШ № 26" Г.О.НАЛЬЧИК
на 2020-2021 учебный год.

день: среда 19.05.2021

возрастная категория: 7-11 лет

завтрак

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	витамины, мг				минеральные вещества, мг			
							B1	C	A	B2	Ca	P	Mg	Fe
268	Котлеты	80	12,00	17,60	10,41	250,18	0,06	0,25	32,58	0,12	31,37	137,31	40,56	2,04
139	Капуста тушеная	150	3,06	5,52	11,84	115,50	0,05	25,62	0,00	0,06	88,13	61,04	31,28	1,25
377	Чай с лимоном	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0,00	0,00	11,1	2,8	1,40	0,28
	Конфеты мармелад	30	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0	19,50	0,39	12,3	26,1	4,50	0,30
ПР	Хлеб пшеничный	80	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0	0,00	0,78	13,8	52,2	19,80	0,66
	Итого:		22,42	27,13	87,14	690,31	0,20	2021г	52,08	1,35	156,70	279,45	97,54	4,53

Зав.пр-во

Р.М. Кудеева

Кудеева Р.М.

Гл.бухгалтер

Ф.М. Кармова

Кармова Ф.М.

"Утверждаю"
 Директор МКОУ "СОШ №26"
 /Бегиев З.А./
 "19" "05" 2021г

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПО МКОУ "СОШ № 26" Г.О.НАЛЬЧИК
 на 2020-2021 учебный год.

день: среда 19.05.2021
 возрастная категория: 7-11 лет

завтрак

№ рец.	наименование блюда	масса порции					витамины, мг				минеральные вещества, мг			
			белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe
268	Котлеты	80	12,00	17,60	10,41	250,18	0,06	0,25	32,58	0,12	31,37	137,31	40,56	2,04
139	Капуста тушеная	150	3,06	5,52	11,84	115,50	0,05	25,62	0,00	0,06	88,13	61,04	31,28	1,25
377	Чай с лимоном	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0,00	0,00	11,1	2,8	1,40	0,28
	Конфеты мармелад	30	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0	19,50	0,39	12,3	26,1	4,50	0,30
ПР	Хлеб пшеничный	80	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0	0,00	0,78	13,8	52,2	19,80	0,66
	Итого:		22,42	27,13	87,14	690,31	0,20	2021г	52,08	1,35	156,70	279,45	97,54	4,53

Обед для ОВЗ 1-4 классов по МКОУ "СОШ №26"

№ рец.	наименование блюда	масса порции					витамины, мг				минеральные вещества, мг			
			белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe
день: 3 среда														
243	Сосиски отварные	80	8,88	24,88	0,40	262,40	0,14	0	32,00	0,13	29,6	129,6	16,00	1,44
ПР	Хлеб	50	4,15	0,65	24,05	113,5	-	0,15	-	-	28	47	164	2
377	Чай с лимоном	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0,00	0,00	11,1	2,8	1,40	0,28
	Итого:		13,03	25,53	24,45	375,9	0,14	0,15	32	0,13	57,6	176,6	180	3,44

Зав.пр-во



Кудаева Р.М.

Гл.бухгалтер



Кармова Ф.М.

"Утверждаю"
 Директор МКОУ "СОШ №26"
 /Бегиев З.А./
 "29" 05 2021г

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ ПО МКОУ "СОШ № 26" Г.О.НАЛЬЧИК
 на 2020-2021 учебный год.

день: среда 19.05.2021
 возрастная категория: 11-18 лет

завтрак

№ рец.	наименование блюда	масса порции					витамины, мг				минеральные вещества, мг			
			белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe
268	Котлеты	80	12,00	17,60	10,41	250,18	0,06	0,25	32,58	0,12	31,37	137,31	40,56	2,04
139	Капуста тушеная	150	3,06	5,52	11,84	115,50	0,05	25,62	0,00	0,06	88,13	61,04	31,28	1,25
377	Чай с лимоном	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0,00	0,00	11,1	2,8	1,40	0,28
	Конфеты мармелад	30	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0	19,50	0,39	12,3	26,1	4,50	0,30
ПР	Хлеб пшеничный	80	4,74	0,60	28,98	140,28	0,06	0	0,00	0,78	13,8	52,2	19,80	0,66
	Итого:		22,42	27,13	87,14	690,31	0,20	2021г	52,08	1,35	156,70	279,45	97,54	4,53

Обед для ОВЗ по МКОУ "СОШ №26"

№ рец.	наименование блюда	масса порции					витамины, мг				минеральные вещества, мг				
			белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	В1	С	А	В2	Са	Р	Mg	Fe	
день:		3 среда													
243	Сосиски отварные	80	8,88	24,88	0,40	262,40	0,14	0	32,00	0,13	29,6	129,6	16,00	1,44	
ПР	Хлеб	50	4,15	0,65	24,05	113,5	-	0,15	-	-	28	47	164	2	
377	Чай с лимоном	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0	0,03	0,00	0,00	11,1	2,8	1,40	0,28	
	Итого:		13,03	25,53	24,45	375,9	0,14	0,15	32	0,13	57,6	176,6	180	3,44	

Зав.пр-во



Кудаева Р.М.

Гл.бухгалтер



Кармова Ф.М.