

"Утверждаю"

Директор МКОУ "СОШ №26"

/Бегиев З.А./

" 20 " 05 2021г

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

день: четверг 20.05.2021

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	Ca	P	Mg	Fe
230	Рыба запеченная	90	11,75	10,65	3,20	155,64	0,07	1,44	36,07	0,06	23,72	127,16	18,17	0,44
312	Картофельное пюре	150/5	5,46	5,79	30,46	195,71	0,06	0	28,57	0,03	12,14	37,57	8,14	0,81
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	6,89	49,02	0,03	2,02	0,00	0,04	15,46	31,66	21,63	0,40
342	Компот из свежих яблок	200/20	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	0,02	32,48	23,44	17,46	0,70
15	Сыр голландский	10	2,61	2,66	0,00	34,33	0	0,07	21,00	0,04	10	60	5,50	0,07
452	Пряники	60	4,06	1,99	38,55	189,00	0,6	2021г	40,10	0,09	14,495	53,755	11,00	0,91
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:		30,02	21,84	140,09	896,78	0,84	4,26	125,74	1,06	122,10	385,79	101,70	3,99

Зав.пр-во

Кудаева Р.М.

Гл.бухгалтер

Кармова Ф.М.

"Утверждаю"

Директор МКОУ "СОШ №26"

/Бегиев З.А./

"20" 05 2021г

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

день: четверг 20.05.2021
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
230	Рыба запеченная	90	11,75	10,65	3,20	155,64	0,07	1,44	36,07	0,06	23,72	127,16	18,17	0,44
312	Картофельное пюре	150/5	5,46	5,79	30,46	195,71	0,06	0	28,57	0,03	12,14	37,57	8,14	0,81
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	6,89	49,02	0,03	2,02	0,00	0,04	15,46	31,66	21,63	0,40
342	Компот из свежих яблок	200/20	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	0,02	32,48	23,44	17,46	0,70
15	Сыр голландский	10	2,61	2,66	0,00	34,33	0	0,07	21,00	0,04	10	60	5,50	0,07
452	Пряники	60	4,06	1,99	38,55	189,00	0,6	2021г	40,10	0,09	14,495	53,755	11,00	0,91
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:		30,02	21,84	140,09	896,78	0,84	4,26	125,74	1,06	122,10	385,79	101,70	3,99

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

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	витамины, мг				минеральные вещества, мг			
							B1	C	A	B2	Ca	P	Mg	Fe
	день:	4	четверг											
452	Пряники	60	4,06	1,99	38,55	189,00	0,6	0	40,10	0,09	14,495	53,755	11,00	0,91
382	Какао с молоком	200/20	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40	0,19	152,22	124,56	21,34	0,48
	Итого:		8,14	5,53	56,125	307,6	0,66	1,59	64,5	0,275	166,715	178,315	32,34	1,39

Зав.пр-во

Кудаева Р.М.

Гл.бухгалтер

Кармова Ф.М.

"Утверждаю"
 Директор МКОУ "СОШ №26"
 /Бегиев З.А./
 " 20 " 05 2021г

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

день: **четверг 20.05.2021**
 возрастная категория: **11-18 лет**

завтрак

№ рец.	наименование блюда	масса порции					витамины, мг				минеральные вещества, мг			
			белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	B1	C	A	B2	Ca	P	Mg	Fe
230	Рыба запеченная	90	11,75	10,65	3,20	155,64	0,07	1,44	36,07	0,06	23,72	127,16	18,17	0,44
312	Картофельное пюре	150/5	5,46	5,79	30,46	195,71	0,06	0	28,57	0,03	12,14	37,57	8,14	0,81
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,74	0,06	6,89	49,02	0,03	2,02	0,00	0,04	15,46	31,66	21,63	0,40
342	Компот из свежих яблок	200/20	0,66	0,09	32,01	132,80	0,02	0,73	0,00	0,02	32,48	23,44	17,46	0,70
15	Сыр голландский	10	2,61	2,66	0,00	34,33	0	0,07	21,00	0,04	10	60	5,50	0,07
452	Пряники	60	4,06	1,99	38,55	189,00	0,6	2021г	40,10	0,09	14,495	53,755	11,00	0,91
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:		30,02	21,84	140,09	896,78	0,84	4,26	125,74	1,06	122,10	385,79	101,70	3,99

Обед для ОВЗ 5-11 классов по МКОУ "СОШ №26"

№ рец.	наименование блюда	масса порции					витамины, мг				минеральные вещества, мг				
			белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	B1	C	A	B2	Ca	P	Mg	Fe	
	день:		4 четверг												
452	Пряники	60	4,06	1,99	38,55	189,00	0,6	0	40,10	0,09	14,495	53,755	11,00	0,91	
382	Какао с молоком	200/20	4,08	3,54	17,58	118,60	0,06	1,59	24,40	0,19	152,22	124,56	21,34	0,48	
	Итого:		8,14	5,53	56,125	307,6	0,66	1,59	64,5	0,275	166,715	178,315	32,34	1,39	

Зав.пр-во



Кудаева Р.М.

Гл.бухгалтер



Кармова Ф.М.