


Утверждаю:
 Н.В.Вольхина

Директор *ГБОУ СОШ № 10*



Меню для обучающихся 1-4 классов

Дата	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
19.09. 2023	Завтрак		
	Каша гречневая рассыпчатая	180/6	246,53
	Соус красный основной	35	21,7
	Медтени мясные	120	22,3
	Компот из плодов сушеных	200/20	94,2
	Салат из сырых овощей	60/3	40,38
	Хлеб пшеничный	30	70,14

Меню для детей с ОВЗ (5-9 классы)

Дата	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
19.09. 2023	Завтрак		
	Каша пшеничная вязкая	250/7	197
	Чай с сахаром	200/15	28
	Хлеб пшеничный	30	70,14
	Яблоко	100	65,5
	Обед		
	Каша гречневая рассыпчатая	250/7	307,26
	Соус красный основной	60	21,7
	Медтени мясные	120	22,3
	Компот из плодов сушеных	200/20	94,2
Салат из сырых овощей	150/6	67,3	
Хлеб пшеничный	30	70,14	

Меню для обучающихся 5-9 классов

Дата	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
19.09. 2023	Завтрак		
	Каша гречневая рассыпчатая	200/7	307,26
	Соус красный основной	50	21,7
	Медтени мясные	120	22,3
	Компот из плодов сушеных	200/20	94,2
	Салат из сырых овощей	100/6	67,3
	Хлеб пшеничный	30	70,14