

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Подколкинская СОШ»

\_\_\_\_\_ /Багина О.Н./

**Ежедневное меню для обучающихся 7 – 11 лет**

Дата: 03.06.2025

Неделя : *первая* День: *2 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
<b>Завтрак</b>	Свекла отварная дольками	60	25,2
	Картофельное пюре	150	139,4
	Курица тушеная с морковью	100	126,4
	Какао с молоком	200	100,4
	Хлеб пшеничный	45	58,6
	Хлеб ржаной	15	25,6
	<b>Итого</b>		<b>550</b>
<b>Обед</b>			
<b>Овощи в нарезке</b>	Огурец в нарезке	60	74,3
	Борщ с капустой картофелем и сметаной	200	110,4
	Рис отварной	150	203,5
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	112,3
	Соус молочный натуральный	20	23,8
	Компот из клубники	200	29,3
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,2
	<b>Итого</b>		<b>820</b>

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ /Вашуркина М .А/