

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Подколкинская СОШ»

_____/Багина О.Н./

Ежедневное меню для обучающихся 7 – 11 лет

Дата: 05.06.2025 Неделя : *первая* День: 4 *день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Завтрак	Каша вязкая молочная ячневая	100	124,5
	Запеканка из творога	75	150,6
	Фрукт	150	141,8
	Чай с сахаром	200	26,8
	Джем	10	29,0
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржаной	25	42,7
Итого		555	514,1
Обед			
Овощи в нарезке	Помидоры и огурцы салат	60	12,8
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	92,2
	Макароны отварные	150	196,8
	Биточки из курицы	90	151,8
	Соус белый основной	20	12,5
	Компот из сухофруктов	200	81
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	35	59,8
итого		815	747,5

Ответственный по питанию _____/Вашуркина М .А/