

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Подколкинская СОШ»

_____/Багина О.Н./

Ежедневное меню для обучающихся 7 – 11 лет

Дата: 07.06.2025

Неделя : *вторая* День: *6 день примерного меню*

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | Калорийность | |
|--------------------------|---|--------------|--------------|------------|
| Завтрак | Сыр твердых сортов в нарезке | 30 | 107,5 | |
| | Каша жидкая молочная кукурузная | 200 | 207,8 | |
| | Фрукт (яблоко) | 150 | 66,6 | |
| | Чай с лимоном и сахаром | 200 | 27,9 | |
| | Хлеб пшеничный | 45 | 105,5 | |
| | Хлеб ржаной | 25 | 42,7 | |
| | Итого | | 650 | 558 |
| Обед | | | | |
| Овощи в нарезке | Огурец в нарезке | 60 | 6,3 | |
| | Борщ с капустой и картофелем и сметаной | 200 | 110,4 | |
| | Картофельное пюре | 150 | 139,4 | |
| | Шницель из курицы | 90 | 151,8 | |
| | Соус сметанный натуральный | 30 | 55,8 | |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 41,6 | |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 140,6 | |
| | Хлеб ржаной | 60 | 102,5 | |
| | Итого | | 850 | 748 |

Ответственный по питанию _____/Вашуркина М .А/