

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Подколкинская СОШ»

\_\_\_\_\_ /Багина О.Н./

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

Дата: 26.10.2024

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

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	
<b>Завтрак</b>	Сыр твердых сортов в нарезке	30	107,5	
	Каша жидкая молочная кукурузная	200	207,8	
	яблоко	150	66,6	
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9	
	Хлеб пшеничный	45	105,5	
	Хлеб ржаной	25	42,7	
	<b>Итого</b>		<b>650</b>	<b>558</b>
<b>Обед</b>				
<b>Овощи в нарезке</b>	огурец	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	30	55,8	
	Компот из свежих яблок	200	41,6	
	Хлеб пшеничный	60	140,6	
	Хлеб ржаной	60	102,5	
	<b>итого</b>		<b>850</b>	<b>748</b>

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