

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Подколкинская СОШ»

\_\_\_\_\_ /Багина О.Н./

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

Дата: 29.10.2024

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	100	112,3
	Соус молочный	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/