

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Подколкинская СОШ»

_____/Багина О.Н./

Ежедневное меню для обучающихся 7 – 11 лет

Дата: 30.10.2024

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

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Завтрак	Зеленый горошек	20	7,4
	Омлет натуральный	150	225,5
	яблоко	120	53,3
	Чай с молоком	200	50,9
	Хлеб пшеничный	15	35,1
	Хлеб ржаной	15	25,6
Итого		560	485,3
Обед			
Овощи в нарезке	огурец	60	6,3
	Суп картофельный с макарон. изделий	200	119,6
	Каша перловая рассыпчатая	150	187,1
	Оладьи из печени по кунцевски	90	210,9
	Компот из смородины	200	66,9
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,2
	Итого		790

Ответственный по питанию _____/Вашуркина М .А/