

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Подколкинская СОШ»

\_\_\_\_\_ /Багина О.Н./

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

Дата: 01.11.2024

Неделя : *первая*    День: *5 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
<b>Завтрак</b>	Картофель отварной в молоке	150	173,7
	Котлета рыбная	100	112,3
	Соус молочный	20	23,8
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржаной	20	34,2
<b>Итого</b>		<b>520</b>	<b>500,3</b>
<b>Обед</b>			
<b>Овощи в нарезке</b>	Свекла отварная дольками	60	25,2
	Суп гороховый	200	110,9
	Каша гречневая рассыпчатая	150	233,7
	Бефстроганов из отварной говядины	90	188,3
	Компот из смородины	200	35,3
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,2
	<b>Итого</b>		<b>790</b>

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