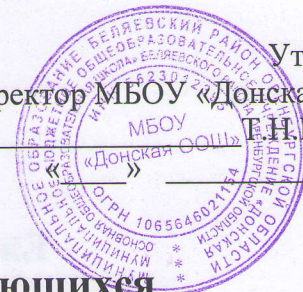


Утверждаю  
 Директор МБОУ «Донская ООШ»  
 Е.Н.Еремеева  
 2024г.



## Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Донская ООШ»

**Дата: 01 октября**  
**Сезон: осеннее - зимний**  
**Неделя: первая**  
**День: 2 день примерного меню**

### Завтрак

| Наименование<br>блюда       | Масса порции (гр) |                  |                           | Энергетическая ценность<br>(ккал) |                  |                           |
|-----------------------------|-------------------|------------------|---------------------------|-----------------------------------|------------------|---------------------------|
|                             | С 7 до<br>11 лет  | С 12 и<br>старше | С 12 и<br>старше<br>(ОВЗ) | С 7 до<br>11 лет                  | С 12 и<br>старше | С 12 и<br>старше<br>(ОВЗ) |
| Салат из свеклы<br>отварной | 80                | 100              | 100                       | 60,9                              | 76,1             | 76.1                      |
| Картофельное пюре           | 150               | 200              | 200                       | 139,4                             | 185,8            | 185.8                     |
| Котлета из курицы           | 90                | 100              | 100                       | 151,8                             | 168,6            | 168.6                     |
| Соус красный<br>основной    | 30                | 30               | 30                        | 21,2                              | 21,2             | 21.2                      |
| Чай с лимоном и<br>сахаром  | 200               | 200              | 200                       | 27,9                              | 27,9             | 27.9                      |
| Банан                       | 100               |                  |                           | 94,5                              |                  |                           |
| Хлеб пшеничный              | 30                | 45               | 45                        | 70,3                              | 105,5            | 105,5                     |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный    | 30                | 30               | 30                        | 58,7                              | 58,7             | 58,7                      |
| <b>Итого завтрак</b>        |                   |                  |                           | <b>624,7</b>                      | <b>643,8</b>     | <b>643.8</b>              |
| <b>2 завтрак</b>            |                   |                  |                           |                                   |                  |                           |
| Банан                       |                   |                  | <b>200</b>                |                                   |                  | 191,2                     |
| <b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>      |                   |                  |                           |                                   |                  | <b>835</b>                |

Повар \_\_\_\_\_ **Н.Н.Кравченко**