



**Ежедневное меню для обучающихся
 МБОУ «Донская ООШ»**

Дата: 02 октября
Сезон: осеннее - зимний
Неделя: первая
День: 3 день примерного меню

Завтрак

Наименование блюда	Масса порции (гр)			Энергетическая ценность (ккал)		
	С 7 до 11 лет	С 12 и старше	С 12 и старше (ОВЗ)	С 7 до 11 лет	С 12 и старше	С 12 и старше (ОВЗ)
Запеканка из творога	150			301,3		
Масло сливочное (порциями)		15	15		99.1	99.1
Каша жидкая молочная пшенная		250	250		236.6	236.6
Чай с молоком и сахаром	250	250	250	63.7	50.9	50,9
Джем из абрикосов	25			72.4		
Хлеб пшеничный	45	45	45	105.5	105,5	105,5
Хлеб ржано- пшеничный	30	40	40	58.7	78,2	78,2
Яблоко	100			44.4		
Итого завтрак				646	570,3	570,3
2 завтрак						
Йогурт питьевой			200			110
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ						680,3

Повар _____ **Н.Н.Кравченко**