

Утверждаю
Директор МБОУ «Донская ООШ»
Т.Н.Еремеева
« 11 » 03 2025г.

Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Донская ООШ»

Дата: 11 марта
Сезон: весна - лето
Неделя: вторая
День: 7 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)
Винегрет с растительным маслом	80	100	100	89,5	111,9	111,9
Макароны отварные	150	200	200	196,8	262,4	262,4
Голубцы ленивые	90	100	100	115,5	128,3	128,3
Соус молочный натуральный	30	30	30	35,7	35,7	35,7
Чай с сахаром	200	200	200	21,4	21,4	21,4
Хлеб пшеничный	15			35,2		
Хлеб ржано-пшеничный	15	40	40	29,3	78,2	78,2
Итого завтрак				523,4	637,9	637,9
2 завтрак						
Ряженка 2.5%			180			91,6
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ						729,5

Повар ЖКЗ — Н.Н.Кравченко