



Утверждаю  
Директор МБОУ «Донская ООШ»  
Г.Н.Еремеева  
«20» \_\_\_\_\_ 2024г.

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

Дата: 20 декабря  
Сезон: осеннее - зимний  
Неделя: первая  
День: 5 день примерного меню

#### Завтрак

| Наименование<br>блюда      | Масса порции (гр)   |                  |                           | Энергетическая<br>ценность (ккал) |                  |                           |
|----------------------------|---------------------|------------------|---------------------------|-----------------------------------|------------------|---------------------------|
|                            | С 7<br>до 11<br>лет | С 12 и<br>старше | С 12 и<br>старше<br>(ОВЗ) | С 7<br>до 11<br>лет               | С 12 и<br>старше | С 12 и<br>старше<br>(ОВЗ) |
| Салат из моркови и яблок   | 80                  | 100              | 100                       | 99                                | 123,8            | 123,8                     |
| Картофельное пюре          | 150                 | 200              | 200                       | 139,4                             | 185,8            | 185,8                     |
| Шницель из говядины        | 90                  |                  |                           | 265,7                             |                  |                           |
| Котлета из говядины        |                     | 100              | 100                       |                                   | 295,2            | 295,2                     |
| Чай с сахаром              |                     | 200              | 200                       |                                   | 26,8             | 26,8                      |
| Кофейный напиток с молоком | 200                 |                  |                           | 86                                |                  |                           |
| Хлеб пшеничный             | 15                  |                  |                           | 35,2                              |                  |                           |
| Хлеб ржано-пшеничный       | 15                  | 30               | 30                        | 29,3                              | 58,7             | 58,7                      |
| Итого завтрак              |                     |                  |                           | 654,6                             | 690,3            | 690,3                     |
| 2 завтрак                  |                     |                  |                           |                                   |                  |                           |
| Яблоко                     |                     |                  | 200                       |                                   |                  | 88,8                      |
| ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ            |                     |                  |                           |                                   |                  | 779,1                     |

Повар Н.Н.Кравченко Н.Н.Кравченко