

Утверждаю
Директор МБОУ «Донская ООШ»
Т.Н.Еремеева
«28» 01 2025г.

Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Донская ООШ»

Дата: 28 января
Сезон: осеннее - зимний
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)
Каша гречневая рассыпчатая	150	200	200	311.6	311.6	311.6
Курица тушеная с морковью	100	100	100	126.4	126.4	126.4
Витаминный напиток "Витошка"	200			70.6		
Яблоко	100			44.4		
Чай с лимоном и сахаром		200	200		27.9	27.9
Хлеб пшеничный	45	45	45	105.5	105.5	105.5
Хлеб ржано-пшеничный	40	25	25	78.2	48.9	48.9
Итого завтрак				658.8	620.3	620.3
2 завтрак						
Сок фруктовый			200			84
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ						704,3

Повар Н.Н.Кравченко