

Утверждаю
Директор МБОУ «Донская ООШ»
Т.Н.Еремеева
«08» 02 2024г.

Ежедневное меню для обучающихся
МБОУ «Донская ООШ»

Дата: 08.02.2024
Сезон: осень-зима
Неделя: первая
День: 4 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)
Салат из белокочанной капусты	80	100	100	114,4	143	143
Макароны отварные	150	200	200	196,8	262,4	262,4
Рыба, тушеная в томате с овощами(минтай)	90	100	100	132,5	147,3	147,3
Хлеб пшеничный из муки 1 с	15	30	30	35,2	70,3	70,3
Хлеб ржано- пшеничный	15	30	30	29,3	58,7	58,7
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200	81	81	81
Второй завтрак						
Сок фруктовый			200			84
ВСЕГО ЗА 4 ДЕНЬ				589,2	762,5	846,5

Повар Н.Н.Кравченко