

Утверждаю
Директор МБОУ «Донская ООШ»
Т.Н.Еремеева
«09» _____ 2025г.

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

Дата: 09 января
Сезон: осеннее - зимний
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
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200	81	80,8	80.8
Хлеб пшеничный	30	40	40	70.3	93,8	93.8
Итого завтрак				653.7	727,3	727,3
2 завтрак						
Сок фруктовый			200			84
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ						811,3

Повар Н.Н.Кравченко