 Утверждаю

Директор МБОУ «Дубенская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Н.Глухова

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023г.

**Ежедневное меню для обучающихся**

**МБОУ «Дубенская ООШ»**

**Дата: 04.10. 2023год**

**Сезон: осень-зима**

**Неделя: первая**

**День: 3 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) |
| Масло сливочное порциями |  | 15 | 15 |  | 99,10 | 99,10 |
| Каша вязкая молочная овсяная с изюмом |  | 250 | 250 |  | 354,8 | 354,8 |
| Чай с молоком и сахаром |  | 200 | 200 |  | 50,9 | 50,9 |
| Чай с сахаром | 200 |  |  | 26,8 |  |  |
| Запеканка из творога | 150 |  |  | 301,3 |  |  |
| Джем из абрикосов | 20 |  |  | 57,9 |  |  |
| Хлеб пшеничный из муки 1 с | 45 | 45 | 15 | 105,5 | 105,5 | 105,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 40 | 15 | 48,9 | 78,2 | 78,2 |
| Плоды свежие (яблоко) | 100 |  | 100 | 44,4 |  | 44,4 |
| Второй завтрак | | | |  |  |  |
| Йогурт питьевой |  |  | 200 |  |  | 110 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ | | | | **608,9** | **688,5** | **798,5** |

Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О,В Коваль