

 Утверждаю

 Директор МБОУ «Дубенская ООШ»

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

 «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_ 2023г

 **Ежедневное меню для обучающихся**

 **МБОУ «Дубенская ООШ»**

**Дата:10.10. 2023г**

**Сезон: осень-зима**

**Неделя: вторая**

**День: 7 день примерного меню**

Завтрак

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| НаименованиеБлюда | 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 | 233,7 | 311,6 | 311,6 |
| Курица тушеная с морковью | 100 | 100 | 100 | 126,4 | 126,4 | 126,4 |
| Хлеб пшеничный из муки 1 с | 45 | 45 | 45 | 105,5 | 105,5 | 105,5 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 25 | 25 | 42,7 | 42,7 | 42,7 |
| яблоко | 100 |  |  |  | 44,4 |  |  |
| Витаминный напиток «витоша» | 200 | 200 | 200 | 70,6 | **70,6** | 70,6 |
|  |  |  |  |
| 2 завтрак |  |  |  |  |  |  |
| Сок фруктовый |  |  | 200 |  |  | 84 |
| ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ | 629,5 | **620,30** | **704,3** |

Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О.В Коваль