

Утверждаю  
 Директор МБОУ «Дубенская ООШ»  
 \_\_\_\_\_ В.Н.Глухова  
 « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024г.



## Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

**Дата 01.03.2024год**

**Сезон: весна-лето**

**Неделя: вторая**

**День: 10 день примерного меню**

### Завтрак

| Наименование<br>Блюда           | Масса порции (гр) |                  |                       | Энергетическая ценность<br>(ккал) |                  |                           |
|---------------------------------|-------------------|------------------|-----------------------|-----------------------------------|------------------|---------------------------|
|                                 | С 7 до<br>11 лет  | С 12 и<br>старше | С 12 и<br>старше(ОВЗ) | С 7 до<br>11 лет                  | С 12 и<br>старше | С 12 и<br>старше<br>(ОВЗ) |
| Запеканка из<br>творога         | 150               |                  |                       | 301,3                             |                  | 301,3                     |
| Сыр твердых сортов<br>в нарезке |                   | 20               | 20                    |                                   | 71,7             | 71,7                      |
| Каша гречневая<br>молочная      |                   | 250              | 250                   |                                   | 234,2            | 234,                      |
| Каша»Дружба                     |                   | 250              | 250                   |                                   | 234,2            | 234,2                     |
| Джем фруктовый                  | 20                |                  |                       | 57,9                              |                  |                           |
| Кисель из<br>смородины          |                   | 200              | 200                   |                                   | 50,6             | 50,6                      |
| Чай с сахаром и<br>молоком      | 200               |                  |                       | 50,9                              |                  |                           |
| Хлеб пшеничный из<br>муки 1 с   | 45                | 45               | 45                    | 105,5                             | 105,5            | 105,5                     |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный        | 25                | 45               | 45                    | 42,7                              | 88               | 88                        |
| Плоды свежие<br>(бананы)        | 100               |                  |                       | 94,5                              |                  |                           |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>                |                   |                  |                       |                                   |                  |                           |
| яблоко                          |                   |                  | 200                   |                                   |                  | 88,8                      |
| <b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>          |                   |                  |                       | <b>659</b>                        | <b>550</b>       | <b>638,8</b>              |

Повар \_\_\_\_\_ О.В.Коваль