



Утверждаю
Директор МБОУ «Дубенская ООШ»
Глухова В.Н. Глухова
« 13 » 12 2024г.

Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

Дата 13.12.2024 год

Сезон: осень-зима

Неделя: вторая

День: 10 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)
Запеканка из творога	150			301,3		301,3
Сыр твердых сортов в нарезке		10	10		35,8	35,8
Каша»Дружба		250	250		211,2	211,2
Джем фруктовый	20			57,9		
Масло сливочное		10	10		66,1	66,1
Чай с сахаром и молоком	200			50,9		
Хлеб пшеничный из муки 1 с	45	45	45	105,5	105,5	105,5
Хлеб ржано- пшеничный	25	35	35	42,7	68,5	68,5
Какао с молоком		200	200		100,4	400,4
бананы	100			94,5		
2 ЗАВТРАК						
яблоко			200			88,8
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ				652,8	587,5	676,3

Повар *Коваль* О.В. Коваль