



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

## Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

Дата 27.09.2024год

Сезон: осень-зима

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 |                   | 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<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                | 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                      |
| <b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>          |                   |                  |                       | <b>652,8</b>                      | <b>587,5</b>     | <b>676,3</b>              |

Повар \_\_\_\_\_ О.В.Коваль