Утверждаю

Директор МБОУ «Дубенская ООШ»

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

«\_05» 03 2025г.

**Ежедневное меню для обучающихся**

**МБОУ «Дубенская ООШ»**

**Дата:05.03. 2025год**

**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) |
| Яйцо вареное | 40 | 40 | 40 | 56,6 | 56,6 | 56,6 |
| Плов из курицы |  | 250 | 250 |  | 393,3 | 393,3 |
| Чай с сахаром и молоком | 200 | 200 | 200 | 50,9 | 50,9 | 50,9 |
| Масло сливочное порциями |  | 15 | 15 |  | 99,1 | 99,1 |
| Запеканка из творога | 150 |  |  | 301,3 |  |  |
| витоша |  | 200 | 200 |  | 97 | 97 |
| Джем из абрикосов | 25 |  |  | 72,4 |  |  |
| Хлеб пшеничный из муки 1 с | 45 | 45 | 45 | 105,5 | 105,5 | 105,5 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 30 | 30 | 78,2 | 58,7 | 58,7 |
| Плоды свежие (яблоко) | 100 |  | 100 | 44,4 |  | 44,4 |
| Второй завтрак | | | |  |  |  |
| Ряженка 2,5% |  |  | 180 |  |  | 91,6 |
|  |  |  |  |  |  |  |



Повар\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_О,В Коваль