

  
 Утверждаю  
 Директор МБОУ «Дубенская ООШ»  
Глухова В.Н. Глухова  
 « 6 » 03 2024г.

## Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

**Дата: 6.03. 2024год**  
**Сезон: весна-лето**  
**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)
Каша вязкая молочная овсяная с изюмом		250	250		354,8	354,8
Чай с молоком и сахаром	200			50,9		
Витаминный напиток «витоша»		200	200	26,8	77,6	77,6
Запеканка из творога	150			301,3		
Джем из абрикосов	20			57,9		
Хлеб пшеничный из муки 1 с	45	45	45	105,5	105,5	105,5
Хлеб ржано- пшеничный	15	45	45	29,3	88	88
Плоды свежие (яблоко)	100		100	44,4		44,4
<b>Второй завтрак</b>						
Йогурт питьевой			200			110
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>				<b>589,3</b>	<b>680,1</b>	<b>790,1</b>

Повар  О,В Коваль

