

Утверждаю

Директор МБОУ «Дубенская ООШ»  
В.Н.Глухова  
« 20 » 11 2024г.

## Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

Дата: 20.11. 2024 год

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)
Каша жидкая молочная пшеничная		250	250		236,6	236,6
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		
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						
Йогурт питьевой			200			110
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ				652,7	550,8	660,8

Повар  О.В Коваль