



Утверждаю  
Директор МБОУ «Дубенская ООШ»  
В.Н.Глухова  
« 20 » 03 2024г.

## Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

Дата: 20.03. 2024 год

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)
Плов из курицы		250	250		354,8	354,8
Чай с 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
Второй завтрак						
Йогурт питьевой			200			110
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ				589,3	680,1	790,1

Повар  О,В Коваль