

## Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

**Дата: 21.02. 2024год**

**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)
Масло сливочное порциями		15	15		99,10	99,10
Каша вязкая молочная овсяная с изюмом		250	250		354,8	354,8
Чай с молоком и сахаром		200	200		50,9	50,9
Чай с сахаром	200			26,8		
Запеканка из творога	150			301,3		
Джем из абрикосов	20			57,9		
Хлеб пшеничный из муки 1 с	45	45	15	105,5	105,5	105,5
Хлеб ржано-пшеничный	25	40	15	48,9	78,2	78,2
Плоды свежие (яблоко)	100		100	44,4		44,4
<b>Второй завтрак</b>						
Йогурт питьевой			200			110
<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>				<b>608,9</b>	<b>688,5</b>	<b>798,5</b>

Повар  О. В. Коваль