



Утверждаю
Директор МБОУ «Дубенская ООШ»
В.Н.Глухова
«____» _____ 2024г.

Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

Дата: 11.01.2024год
Сезон:осень-зима
Неделя: первая
День: 4 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)
Салат из белокочанной капусты	80	100	100	114,4	143	143
Макароны отварные	150	200	200	196,8	262,4	262,4
Рыба,тушеная в томате с овощами(минтай)	90	100	100	132,5	147,3	147,3
Хлеб пшеничный из муки 1 с	15	30	30	35,2	70,3	70,3
Хлеб ржано- пшеничный	15	30	30	25,6	58,7	58,7
Компот из смеси сухофруктов	200	200	200	81	81	81
Второй завтрак						
Сок фруктовый			200			84
ВСЕГО ЗА 4 ДЕНЬ				589,2	762,5	876,5

Повар _____ О.В Коваль