Утверждаю

Директор МБОУ «Дубенская ООШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Н.Глухова

« 20\_» \_03\_\_2025г.

**Ежедневное меню для обучающихся**

 **МБОУ «Дубенская ООШ»**

**Дата:20.03.2025год**

**Сезон: осень-зима**

**Неделя: первая**

**День: 4 день примерного меню**

Завтрак

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| НаименованиеБлюда | 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 перловая рассыпчатая | 150 | 200 | 200 | 187,1 | 249,5 | 249,5 |
| Голубцы ленивые | 90 | 100 | 100 | 115,5 | 128,3 | 128,3 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 200 | 200 | 86 | 86 | 86 |
| Хлеб пшеничный из муки 1 с | 15 | 30 | 30 | 35,2 | 93,8 | 93,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 30 | 30 | 29,3 | 70,3 | 70,3 |
| Соус молочный натуральный | 30 | 30 | 30 | 35,7 | 35,7 | 35,7 |
| Второй завтрак |  |  |  |  |  |
| Йогурт питьевой |  |  | 200 |  |  | 110 |
| ВСЕГО ЗА 4 ДЕНЬ | 488,8 | **628,5** | **738,8** |



Повар \_\_\_\_\_\_О.В Коваль