



Утверждаю директор

В.Н ГЛУХОВА

« 8 » « 03 » 2024 год

## Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

Дата: 8.03.2024год

Сезон: весна-лето

Неделя: первая

День: 5 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)
Макароны отварные	150	200	200	196,8	262,4	262,4
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	80	100	100	93,8	117,2	117,2
Рыба тушеная в томате с овощами	90	100	100	132,5	147,3	147,3
Соус молочный натуральный	30	30	30	35,7	35,7	35,7
Компот из сухофруктов	200			81		
Хлеб пшеничный из муки 1 с	45	30	30	105,5	70,3	70,3
Хлеб ржано- пшеничный	25	30	30	48,9	58,7	58,7
Кисель из смородины		200	200		50,6	50,6
2 завтрак						
яблоко	200					88,8
ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ						
				658,5	706,5	795,3

Повар  О.В Коваль