

Утверждаю директор

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Н ГЛУХОВА

«\_21» \_\_03\_\_\_2025 год

**Ежедневное меню для обучающихся**

**МБОУ «Дубенская ООШ»**

**Дата:21.03.2025год**

**Сезон: осень-зима**

**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 тушенная в томате с овощами | 90 | 100 | 100 | 132,5 | 143,7 | 143,7 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 200 | 200 | 80,8 | 80,8 | 80,8 |
| Хлеб пшеничный из муки 1 с | 25 | 30 | 30 | 48,9 | 58,7 | 58,7 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 30 | 30 | 93,8 | 70,3 | 70,3 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 2 завтрак |  |  |  |  |  |  |
| сок |  |  | 200 |  |  | 84 |
| ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ |  |  |  |  |  |  |
| C:\Users\Комп9\Desktop\НА САЙТ\Подпись Коваль_page-0001.jpg | | | | **646,6** | **736,9** | **820,9** |

Повар \_\_\_\_\_\_\_\_О.В Коваль