



Утверждаю  
Директор МБОУ «Дубенская ООШ»  
Глухова В.Н. Глухова  
« 11 » 12 2024г.

## Ежедневное меню для обучающихся МБОУ «Дубенская ООШ»

Дата: 11.12.2024г

Сезон: осень-зима

Неделя: вторая

День: 8 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	С12 и старше(ОВЗ)
Рис отварной	150	180	180	203,5	244,2	244,2
Салат из белокочанной капусты	80	100	100	114,4	143	143
Котлета из курицы	90	100	100	151,8	168,6	168,6
Соус молочный натуральный	30	30	30	35,7	35,7	35,7
Хлеб пшеничный из муки 1 с	15	30	30	35,2	70,3	70,3
Чай с сахаром	200	200	200	21,4	21,4	21,4
Хлеб ржано- пшеничный	15	30	30	29,3	58,7	58,7
апельсин	100			37,8		
2 ЗАВТРАК						
Банан			200			191,2
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ				629,1	741,9	933,10

Повар Коваль О.В. Коваль