

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Екатериновская ООШ»



Дешина И.Н.

М.П

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 11.01.2024

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
завтрак	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	37.5
	Картофельное пюре	150	139.4
	Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)	100	147.3
	Соус молочный натуральный	40	47.7
	Сок яблочный	200	86.6
	хлеб ржано-пшеничный	40	78.2
Итого за завтрак		600	548,6

Ответственный по питанию Булдакова Н.В. /Булдакова Н.В.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Екатериновская ООШ»



Дешина И.Н.

М.П

Ежедневное меню для обучающихся ОВЗ

Дата: 11.01.2024

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
завтрак	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	62.4
	Картофельное пюре	180	167.2
	Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)	100	147.3
	Соус молочный натуральный	30	35,7
	Компот из кураги	200	66.9
	Хлеб пшеничный	30	70.3
	хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
Итого за завтрак		670	608,5
	2-й завтрак		
	Яблоко	100	44.4
	Йогурт 2.5%	150	87.2
Итого за второй завтрак		250	131.6

Ответственный по питанию Булдакова Н.В. /Булдакова Н.В./

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОБУ «Екатериновская ООШ»



Дешина И.Н.

М.П

Ежедневное меню для обучающихся 12 лет и старше

Дата: 11.01.2024

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
завтрак	Картофельное пюре	200	185.8
	Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)	100	147.3
	Соус молочный натуральный	100	119.2
	Компот из кураги	200	66.9
	хлеб ржано-пшеничный	60	117.4
Итого за завтрак		660	636.6

Ответственный по питанию Булдакова Н.В. / Булдакова Н.В.