





Утверждаю:
Директор МБОУ «Рождественская ООШ»
Беляевского р-на Оренбургской обл.
 А.И. Лысогор



Утверждаю:
Директор МБОУ «Рождественская ООШ»
Беляевского р-на Оренбургской обл.
 А.И. Лысогор

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 – 11 ЛЕТ

Дата 07.02.2025 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *первая*
День: *5 день примерного меню*

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 – 17 ЛЕТ

Дата 07.02.2025 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *первая*
День: *5 день примерного меню*

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции (гр.) | Калорийность |
|--------------------------|---------------------------------|--------------------|--------------|
| Завтрак | | | |
| | Салат из моркови и яблок | 80 | 99 |
| | Картофельное пюре | 150 | 139,4 |
| | Шницель из говядины | 90 | 265,7 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 86 |
| | Хлеб пшеничный | 15 | 35,2 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 15 | 29,3 |
| 2 завтрак | | | |
| | Плоды или ягоды свежие (яблоко) | 200 | 88,8 |

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева

| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции (гр.) | Калорийность |
|--------------------------|---------------------------------|--------------------|--------------|
| Завтрак | | | |
| | Салат из моркови и яблок | 100 | 123,8 |
| | Картофельное пюре | 200 | 185,8 |
| | Котлета из говядины | 100 | 295,2 |
| | Чай с сахаром | 200 | 26,8 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 58,7 |
| 2 завтрак | | | |
| | Плоды или ягоды свежие (яблоко) | 200 | 88,8 |

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева