



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 – 11 ЛЕТ

Дата 11.03.2025 год
Сезон: *весенне-летний период*
Неделя: *вторая*
День: *2 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Винегрет с растительным маслом	80	89,5
	Макароны отварные	150	196,8
	Голубцы ленивые	90	115,5
	Соус молочный натуральный	30	35,7
	Чай с сахаром	200	21,4
	Хлеб пшеничный	15	35,2
	Хлеб ржано-пшеничный	15	29,3
2 завтрак			
	Сок фруктовый	200	84

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева



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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 – 17 ЛЕТ

Дата 11.03.2025 год
Сезон: *весенне-летний период*
Неделя: *вторая*
День: *2 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Винегрет с растительным маслом	100	111,9
	Макароны отварные	200	262,4
	Голубцы ленивые	100	128,3
	Соус молочный натуральный	30	35,7
	Чай с сахаром	200	21,4
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
2 завтрак			
	Ряженка 2,5 %	180	91,6

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева