




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


### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 – 11 ЛЕТ

Дата 12.02.2024 год  
Сезон: *осенне-зимний период*  
Неделя: *вторая*  
День: *1 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
<b>Завтрак</b>			
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	274,9
	Какао с молоком	200	100,4
	Хлеб пшеничный	15	35,2
	Хлеб ржано-пшеничный	15	29,3
	Плоды или ягоды свежие (банан)	120	113,4
<b>2 завтрак</b>			
	Ряженка 2,5 %	180	91,6

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 12.02.2024 год  
Сезон: *осенне-зимний период*  
Неделя: *вторая*  
День: *1 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
<b>Завтрак</b>			
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	53,7
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	343,6
	Чай с молоком и сахаром	200	50,9
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
<b>2 завтрак</b>			
	Ряженка 2,5 %	180	91,6

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева