



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 12.03.2025 год
Сезон: *весенне-летний период*
Неделя: *вторая*
День: *3 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Масло сливочное (порциями)	10	66,1
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	274,9
	Какао с молоком	200	100,4
	Хлеб пшеничный	25	58,6
	Хлеб ржано-пшеничный	15	29,3
	Плоды или ягоды свежие (апельсин)	100	37,8
2 завтрак			
	Плоды или ягоды свежие (банан)	200	191,2

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 – 17 ЛЕТ

Дата 12.03.2025 год
Сезон: *весенне-летний период*
Неделя: *вторая*
День: *3 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Масло сливочное (порциями)	10	66,1
	Каша вязкая молочная пшеничная	250	343,6
	Какао с молоком	250	125,5
	Хлеб пшеничный	45	105,5
2 завтрак			
	Сок фруктовый	200	84

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева