



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 13.03.2025 год
Сезон: *весенне-летний период*
Неделя: *вторая*
День: *4 день примерного меню*

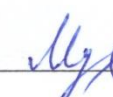
Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	53,7
	Макароны отварные с овощами	150	180,7
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	112,3
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный	25	487,9
2 завтрак			
	Йогурт питьевой	200	110

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 – 17 ЛЕТ

Дата 13.03.2025 год
Сезон: *весенне-летний период*
Неделя: *вторая*
День: *4 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	53,7
	Макароны отварные с овощами	200	241
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	112,3
	Кисель из смородины	200	50,6
	Хлеб пшеничный	40	93,8
	Хлеб ржано-пшеничный	25	48,9
2 завтрак			
	Сок фруктовый	200	84

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева