





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 15.02.2024 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *вторая*
День: *4 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Картофель отварной в молоке	150	173,7
	Котлета рыбная любительская**	100	112,3
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный	25	487,9
	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	44,4
2 завтрак			
	Йогурт питьевой	200	110

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 – 17 ЛЕТ

Дата 15.02.2024 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *вторая*
День: *4 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Картофель отварной в молоке	200	231,5
	Котлета рыбная любительская**	100	112,3
	Какао с молоком	200	100,4
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный	25	48,9
2 завтрак			
	Йогурт питьевой	200	110

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева