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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 – 11 ЛЕТ

Дата 16.10.2024 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *первая*
День: *3 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Запеканка из творога	150	301,3
	Чай с молоком и сахаром	200	50,9
	Джем из абрикосов	25	72,4
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	Яблоко	100	44,4
2 завтрак			
	Йогурт питьевой	200	110

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 16.10.2024 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *первая*
День: *3 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Масло сливочное (порциями)	15	99,1
	Каша жидкая молочная пшенная	250	236,6
	Чай с молоком и сахаром	200	50,9
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
2 завтрак			
	Йогурт питьевой	200	110

Ответственный по питанию: _____ Ю.С. Мухамбеткалеева