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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 – 11 ЛЕТ

Дата 16.12.2024 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *первая*
День: *1 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Сыр твердых сортов в нарезке	15	53,7
	Каша жидкая молочная гречневая	200	187,3
	Напиток витаминизированный «Витошка»	200	70,6
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный йодированный	40	78,2
	Плоды или ягоды свежие (апельсин)	200	75,6
2 завтрак			
	Сок фруктовый	200	84

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 16.12.2024 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *первая*
День: *1 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Масло сливочное (порциями)	10	66,1
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	71,7
	Каша жидкая молочная гречневая	250	234,2
	Чай с сахаром	200	26,8
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный	35	68,5
2 завтрак			
	Сок фруктовый	200	84

Ответственный по питанию: _____ Ю.С. Мухамбеткалеева