





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 19.02.2024 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 вязкая молочная кукурузная	200	287,8
	Чай с сахаром	200	26,8
	Хлеб пшеничный	15	35,2
	Хлеб ржано-пшеничный	15	29,3
	Плоды или ягоды свежие (яблоко)	100	44,4
2 завтрак			
	Сок фруктовый	200	84

Ответственный по питанию:  Ю.С. Мухамбеткалеева

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 – 17 ЛЕТ

Дата 19.02.2024 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	20	71,7
	Каша вязкая молочная кукурузная	250	359,7
	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