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

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7 – 11 ЛЕТ

Дата 20.02.2025 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *первая*
День: *4 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Салат из белокочанной капусты	80	114,4
	Макароны отварные	150	196,8
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	132,5
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
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 20.02.2025 год
Сезон: *осенне-зимний период*
Неделя: *первая*
День: *4 день примерного меню*

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Калорийность
Завтрак			
	Салат из белокочанной капусты	100	143
	Макароны отварные	200	262,4
	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	147,3
	Компот из смеси сухофруктов	200	80,8
	Хлеб пшеничный	40	93,8
2 завтрак			
	Сок фруктовый	200	84

Ответственный по питанию: _____ Ю.С. Мухамбеткалеева