



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 30.01.2025 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 (минтай)	100	112,3
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный	25	48,9
2 завтрак			
	Йогурт питьевой	200	110

Ответственный по питанию: Мух Ю.С. Мухамбеткалеева

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11 – 17 ЛЕТ

Дата 30.01.2025 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	250	289,4
	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	112,3
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
2 завтрак			
	Йогурт питьевой	200	110

Ответственный по питанию: Мух Ю.С. Мухамбеткалеева