УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Степановская СОШ

Цуркан В.В.

Ежедневное меню для обучающихся *7-11 лет*

Дата: ***21.11.2022***

Сезон: *0сенне-зимний период*

Неделя: *первая*

День: 1 *день примерного меню*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | Калорийность  |
| ЗАВТРАК | Каша вязкая молочная пшенная | 200 | 274,9 |
| Какао с молоком | 200 | 100,4 |
| Мандарин | 100 | 24,5 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 105,5 |
| Хлеб ржаной | 25 | 42,7 |
| **Итого**  |  | 570 | 548 |

Ежедневное меню для обучающихся *12-18 лет*

Дата: 21.11.***2022***

Сезон: *0сенне-зимний период*

Неделя: *первая*

День: 1 *день примерного меню*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | Калорийность  |
| ОБЕД | . Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами | 100 | 112.6 |
| Суп картофельный с горохом | 250 | 146.4 |
| Котлета из говядины | 100 | 275.1 |
| Макароны отварные | 200 | 249.3 |
| Кисель с витаминами "Киселек Валетек" | 200 | 71 |
|  |  Хлеб пшеничный | 40 | 84 |
| **Итого**  |  | 890 | 938.4 |

Ответственный по питанию  Е.А.Стоякина