



Утверждаю:  
Директор МОАУ «СОШ № 1»  
О.С. Речкалова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 21 декабря 2023 г.

Сезон: осенний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

**Завтрак 12-00 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Картофельное пюре	130	232
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	20	90,2

**Завтрак 68. 50 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Тефтели рыбные	120	196,5
Картофель отварной	150	221,5
Сыр порционнно	15	57
Чай с сахаром	200	57,0
Яблоко	130	58
Хлеб пшеничный	40	112,8

**Обед 73 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из фасоли	60	60
Суп с клетчками	200	112,4
Рагу из птицы	150/80	391
Компот из сухофруктов	180	59
Хлеб ржаной	30	94
Хлеб пшеничный	40	112,8

**Завтрак (ОВЗ)**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Тефтели рыбные	120	196,5
Картофель отварной	150	221,5
Сыр порционнно	15	57
Чай с сахаром	200	57,0
Яблоко	130	58
Хлеб ржаной	18	38

**Обед (ОВЗ)**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Суп с клетчками	200	73,3
Чай с сахаром	200	20
Хлеб ржаной	40	94

Ответственный по питанию:

Лысу Е.В. Лысунова