



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

**Ежедневное меню для обучающихся**

Дата: 22 декабря 2023г.

Сезон: осенний период

Неделя: первая

День: 5 день примерного меню

**Завтрак 12-00 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша пшеничная вязкая	100	142.4
Чай с сахаром	200	57.0
Хлеб домашний подовый	20	30,27

**Завтрак 68.50 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Сырники из творога со сгущенкой	150/20	374.1
Чай с сахаром	200	57.0
Хлеб домашний подовый	30	45.4
Фрукт апельсин	150	79.2

**Обед 73 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Школьные годы»	60	89
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	75.2
Котлета мясо-картофельная с соусом	100	154.4
Макароны отварные	150	211.5
Кисель плодово – ягодный.	180	107.1
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

**Завтрак(ОВЗ)**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Сырники из творога со сгущенкой	150/20	285
Чай с сахаром	200	57
Хлеб домашний подовый	30	45.4
Фрукт апельсин	100	68
Сдоба фигурная	50	186.5
Кисель плодово – ягодный	180	107.1

**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:

Е.В.Лысунова