

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Ждановская СОШ»

Терлеева Е.Ф.



Ежедневное меню для обучающихся 12-18 лет

Дата: 18.05.2021

Сезон: *весенне-летний период*

Неделя: *вторая*

День: *2 день примерного меню*

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Завтрак	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	105,25
	Хлеб пшеничный	40	86,4
	Чай с сахаром	200	60
	Фрукт свежий (мандарин)	100	47
	Кондитерское изделие	35	245,58
	Итого за завтрак	595	544,23

Ответственный по питанию

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Квантовская СОШ»


Терлеева Е. Ф.



Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 18.05.2021

Сезон: весенне-летний период

Неделя: вторая

День: 2 день примерного меню

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Завтрак (1 смена)	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200/20	84,20
	Хлеб пшеничный	40	86,4
	Чай с сахаром	200	60
	Фрукт свежий (мандарин)	100	47
	Кондитерское изделие	35	245,58
	ИТОГО за завтрак	595	523,68
Обед (2 смена)	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200/20	84,20
	Рис отварной	150	174
	Гуляш с мясом (говядина)	90/20	133,2
	Хлеб пшеничный	40	86,4
	Чай с сахаром	200	60
	Фрукт свежий (мандарин)	100	47
		ИТОГО за обед	740

Ответственный по питанию _____

