

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Аландская СОШ»

Шишкин А.И.



Ежедневное меню для обучающихся 12 лет и старше

Дата: 21.02.2025

Сезон: *осенне-зимний период*

Неделя: *вторая*

День: *10 день примерного меню*

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
завтрак	Салат из отварной моркови с яблоком	100	45,00
	Каша жидкая молочная манная с маслом	200	317,00
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	150,00
	Хлеб пшеничный	50	95,00
	Хлеб ржано - пшеничный	30	53,00
всего в завтрак		580	660,00
	Салат из картофеля с солеными огурцами и зеленым горошком	100	103,00
обед	Рассольник	250	98,00
	Макаронные изделия отварные с маслом	200	183,00
	Курица отварная с маслом	100	343,00
	Какао с молоком + С	200	140,00
	Хлеб пшеничный	70	125,00
	Хлеб ржано - пшеничный	42	74,00
всего в обед		962	1065,00

Ответственный по питанию

Романенко Г.И.

/ Романенко Г.И./