



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ «Уральская СОШ»  
Усманова Д.Ж.

**Ежедневное меню обучающихся 5-11 классы**

**Дата: 18.09.2023**

**Сезон: осенне-зимний период**

**Неделя: первая**

**День: 1 день**

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Первый завтрак	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200	252,4
	Пряник	30	112
	кофейный напиток	200	113
Второй завтрак	Макароны с и соусом	150	120,2
	Салат из капусты и кукурузы на растительном масле	40	70,5
		200	91,98
	Чай	200	70,3
	Хлеб	40	26,8

**Дата: 19.09.2023**

**Сезон: осенне-зимний период**

**Неделя: первая**

**День: 2 день**

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Первый завтрак	Бутерброд с маслом	150	34,6
	Чай с сахаром	45	45
Второй завтрак	Борщ со свежими овощами с м/кур	200	84,8
	Печенье	50	100
	Компот из сухофруктов	200	91,98
	Хлеб	45	105,75

**Дата: 20.09.2023**

**Сезон: осенне-зимний период**

**Неделя: первая**

**День: 3 день**

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Первый завтрак	Каша Дружба молочная с маслом сливочным	200	226,2
	Какао с молоком	200	154
	Вафли	40	94
Второй завтрак	Гречка с фрикаделькой с соусом томатным	150	194,1
		80	82,6
	Хлеб	200	94
	Печенье	50	100
	Чай	45	105,75

Ответственный за питание завхоз:

Г. М. Киндербаева