



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

Дата: 20.12.2023

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: Лак А.Ж Лакпаева

#### Ежедневное меню обучающихся 5-11 классы

Дата: 21.12.2023

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: пер

День: 4 день

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Первый завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	263,5
	Чай	200	26,8
	Хлеб	45	93,8
Второй завтрак	Рис отварной	150	200,1
	Гуляш с консервой	100	112,3
	Сок натуральный	200	46,6
	Хлеб	200	90
	Салат из свежих овощей	53,2	17,3

Ответственный за питание завхоз: Лак А.Ж Лакпаева