

Утверждаю

Директор МБОУ

«Буранчинская

*Ум*

У



### Ежедневное меню

### МБОУ «Буранчинская ООШ»

Неделя 4 среда  
на 23 октября  
Завтрак

| Наименование блюда            | Масса порции(гр) |               |                   | Энергетическая ценность (ккал) |               |                   |
|-------------------------------|------------------|---------------|-------------------|--------------------------------|---------------|-------------------|
|                               | С 7 до 11 лет    | С 12 и старше | С 12 и старше ОВЗ | С 7 ДО 11 лет                  | С 12 и старше | С 12 и старше ОВЗ |
| Салат из белокочанной капусты | 80               | 100           | 100               | 114,4                          | 143           | 143               |
| Рис отварной                  | 150              | 180           | 180               | 203,5                          | 244,2         | 244,2             |
| Котлета из курицы             | 90               | 100           | 100               | 151,8                          | 168,6         | 168,6             |
| Соус молочный натуральный     | 30               | 30            | 30                | 35,7                           | 35,7          | 35,7              |
| Хлеб пшеничный                | 15               | 30            | 30                | 35,2                           | 70,3          | 70,3              |
| Хлеб ржано-пшеничный          | 15               | 30            | 30                | 29,3                           | 58,7          | 58,7              |
| Чай с сахаром                 | 200              | 200           | 200               | 21,4                           | 21,4          | 21,4              |
| Апельсин                      | 100              |               |                   | 37,8                           |               |                   |
| Итого завтрак                 |                  |               |                   | 629,1                          | 741,9         | 741,9             |

### 2 завтрак

|               |  |     |  |  |       |
|---------------|--|-----|--|--|-------|
| Банан         |  | 200 |  |  | 191,2 |
| Итого за день |  |     |  |  | 933,1 |

Повар

*Бик*

Бикенова А.К.