

Утверждаю
Директор МБОУ Алексеевская СОШ
имени Александра Каширских
_____/Л.В. Балабуева/

Ежедневное меню для обучающихся 12-18 лет

Дата: 18.04.2025

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая

День: 5 день примерного меню

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Завтрак	Каша вязкая молочная ячневая	200	249
	Чай с сахаром	200	26.8
	Хлеб пшеничный	45	105.5
Итог за завтрак		450	381,3
Обед:	Салат из моркови и яблок	140	171.6
	Суп гороховый	250	138.7
	Картофельное пюре	250	232.3
	Рыба, припущенная с овощами	140	160
	Чай с сахаром	200	26.8
	Печенье	30	124.7
	Хлеб пшеничный	40	93.8
	Хлеб ржаной	20	34.2
Итог за обед:		1070	982,1
Итог за день:		1520	1363,4

Ответственный по питанию _____ В.В. Якушенко