

Утверждаю  
 Директор МБОУ Алексеевская СОШ  
 имени А.Каширских  
 \_\_\_\_\_ /Л.В. Балабуева/

Ежедневное меню для обучающихся 12-18 лет

Дата: 12.03.2025

Сезон: весенне-летний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
<b>Завтрак</b>	Каша "Дружба"	200	168,9
	Чай с сахаром	200	26,8
	Хлеб пшеничный	45	105,5
<b>Итого за завтрак</b>		<b>495</b>	<b>168,9</b>
<b>Обед:</b>	Салат из капусты с овощами	100	83,3
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	138
	Жаркое по-домашнему из курицы	250	282
	Компот из яблок с лимоном	200	46,7
	Печенье	30	124,7
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржаной	25	42,7
<b>Итого за Обед:</b>		<b>900</b>	<b>822,9</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1395</b>	<b>991,8</b>

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_ /В.В. Якушенко/