



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

Ежедневное меню обучающихся 5-11 классы

Дата: 07.09.2023
Сезон: осенне-зимний период
Неделя: первая

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

Дата: 08.09.2023
Сезон: осенне-зимний период
Неделя: первая
День: 5 день

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Первый завтрак	Каша гороховая с морковным соусом	150	204,8
	Печенье	50	100,0
	Компот из сухофруктов с витамином С	200	60
Второй завтрак	Рассольник с м/кур	200	108
	Хлеб	45	94
	Чай	200	91,98
	Пряник	45	105,75

Ответственный за питание завхоз:  Г.М. Киндербаева