



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Уральская СОШ»

Усманова Д.Ж.

Ежедневное меню обучающихся 5-11 классы

Дата: 09.10.2023.

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая

День: 1 день

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Первый завтрак	Кукурузная каша молочная	100	168,6
	с маслом	200	218,86
	Какао с молоком	30	112
	Пряник		
Второй завтрак	Борщ со свежими овощами	230	484,6
	на говяжьем бульоне		
	Хлеб	45	105,75
	Чай	80	221,85
			45,3

Дата: 10.10.2023.

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая

День: 2 день

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Первый завтрак	Бутерброд с повидлом	150	124,1
	Чай	80	276,8
Второй завтрак	Гречка отварная с	200	105,4
	томатным соусом		
	Хлеб	45	105,75
	Винегрет	200	61,62
	Компот	100	539

Дата: 11.10.2023.

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая

День: 3 день

наименование приема пищи	наименование блюда	масса порции	калорийность
Первый завтрак	Каша рисовая молочная	200	138,37
	со слив маслом	100	539
	Пряник	200	130
	Кофейный напиток		
Второй завтрак	Макаронны с котлетой и	200	273,34
	соусом морковным		
	Чай	60	42,01
	Хлеб	200	74

Ответственный за питание завхоз:

Г.М. Киндербаева.