

Утверждаю  
 Директор МБОУ «Беляевская средняя  
 общеобразовательная школа»  
 Пустобаева О.А.

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**МБОУ «Беляевская средняя общеобразовательная школа»**  
**на 21.02.2024 год**

**Неделя вторая**  
**День 3 среда**

**Завтрак**

| Наименование<br>блюда               | Масса порции<br>(гр) |                  |                           |                           | Энергетическая ценность (ккал) |                  |                              |                           |
|-------------------------------------|----------------------|------------------|---------------------------|---------------------------|--------------------------------|------------------|------------------------------|---------------------------|
|                                     | с 7 до 11<br>лет     | с 12 и<br>старше | с 7 до<br>11 лет<br>(ОВЗ) | с 12 и<br>старше<br>(ОВЗ) | с 7 до<br>11 лет               | с 12 и<br>старше | с 7 до<br>11<br>лет<br>(ОВЗ) | с 12 и<br>старше<br>(ОВЗ) |
| Салат из<br>белокочанной<br>капусты | 80                   | 100              | 80                        | 100                       | 114,4                          | 143              | 114,4                        | 143                       |
| Рис отварной                        | 150                  | 180              | 150                       | 200                       | 203,5                          | 244,2            | 203,5                        | 244,2                     |
| Котлеты из<br>курицы                | 90                   | 100              | 75                        | 100                       | 151,8                          | 168,7            | 151,8                        | 168,7                     |
| Соус молочный<br>натуральный        | 20                   | 20               | 20                        | 20                        | 23,8                           | 23,8             | 23,8                         | 23,8                      |
| Чай с сахаром                       | 200                  | 200              | 200                       | 200                       | 21,4                           | 26,8             | 21,4                         | 26,8                      |
| Хлеб пшеничный                      | 15                   | 30               | 15                        | 30                        | 35,2                           | 70,3             | 35,2                         | 70,3                      |
| Хлеб ржаной                         | 15                   | 30               | 15                        | 30                        | 25,6                           | 58,7             | 25,6                         | 58,7                      |
| <b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>                |                      |                  |                           |                           | <b>575,7</b>                   | <b>735,4</b>     | <b>575,7</b>                 | <b>735,4</b>              |
| <b>2 ЗАВТРАК</b>                    |                      |                  |                           |                           |                                |                  |                              |                           |
| Напиток<br>тыквенный                |                      |                  | 200                       |                           |                                |                  | 86,6                         |                           |
| Банан                               |                      |                  |                           | 200                       |                                |                  |                              | 191,2                     |
| <b>ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ</b>              |                      |                  |                           |                           |                                |                  | <b>662,3</b>                 | <b>926,6</b>              |

**Шеф-повар**



**Горяинова Н.Ф.**