

Утверждаю:
Директор муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
Затонновская основная общеобразовательная школа
Илекского района Оренбургской области



Н.С. Сидорова
« 31 » августа 2023 г

Основное меню рационального питания учащихся с 11 лет и старше
для общеобразовательных организаций Илекского района
на осенне-зимний период 2023-2024 учебного года

Пятница

Неделя : Вторая

Возрастная категория: с 1 лет и старше

№р-р	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	ккал	витамины				минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
5 день	Завтрак													
№173	Суп с макаронными изделиями	250	9,3	5,2	14,3	150,6	0,11	8,25	0,00	0,00	29,2	27,28	67,58	1,13
26987-86 ГОСТ	Хлеб пшеничный	45	2,84	0,4	18,2	83,6	0,08	0,00	0,00	0,4	9,2	13,2	33,6	0,76
№378	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	1,40	2,80	0,28
	Итого за день		12,21	5,62	47,5	294,2								

Утверждаю

Директор МБОУ Затонновская ООШ
Сидорова Н.С. _____

14 января 2022г.

Примерное меню рационального питания учащихся с 11 лет и старше
для общеобразовательных организаций Илекского районана период с2021-2022г.