

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Дьяконовская средняя школа им. Н.И.
Дешина»**

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ «Дьяконовская СШ
им. Н.И. Дешина»



Т.А. Марунич

«29» августа 2024 год



**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ
(двухнедельное) МЕНЮ
НА 2024 -2025 УЧЕБНЫЙ ГОД
7-11 лет**

Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

День 3

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	217	Каша рисовая вязкая	180	38р.	208,43	2,7	3,6	28,3
	гор.напиток	462	Какао с молоком	200	13р.70к.	94	3,3	2,9	13,8
	хлеб	111	Батон нарезной	20	7р.	52,4	1,5	0,58	10,28
	кисломол.	79	Масло сливочное	10	10р.30к.	73,18	0,16	7,2	0,13
	фрукты	82	Груша	112	35р.	47	0,4	0,3	10,3
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

День 4

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	268	Омлет натуральный	150	35р.50к.	246	13	20	3,2
	гор.напиток	465	Кофейный напиток с молоком	200	15р.	88	2,8	2,5	13,6

Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

День 8

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	268	Омлет натуральный	150	35р.50к.	246	13	20	3,2
	гор.напиток	462	Какао с молоком	200	13р.70к.	94	3,3	2,9	13,8
	хлеб	111	Батон нарезной	20	7р.	52,4	1,5	0,58	10,28
	закуска	157	Кукуруза консервированная	60	6р.48к.	40	1,7	2,1	21
	фрукты	82	Мандарин	136	41р.32к.	38	0,8	0,2	7,5
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска								
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое								
	хлеб бел.								
	хлеб черн.								

День 9

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	366	Птица отварная	100	21р.50к.	174	16,2	12	0,3
	гор.напиток	465	Кофейный напиток с молоком	200	15р.	88	2,8	2,5	13,6

