УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ « Яфаровская СОШ»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Якшигулова Л.М.

Ежедневное меню для обучающихся *7-11 лет*

Дата: *04.10.2023г*

Сезон: *осенне-зимний период*

Неделя: *вторая*

|  |  |
| --- | --- |
|  | 7-11 лет |
| **Наименование приема пищи** | **Наименование блюда** | **масса порции** | **калорийность** |
| Завтрак  | Сыр из твердых сортов в нарезке  | 25 | 89,6 |
|  | Каша жидкая молочная овсяная | 250 | 240,8 |
|  | Компот из смеси сухофруктов. | 200 | 81 |
|  | Банан | 100 | 94,5 |
|  |  Хлеб пшеничный  | 50 | 117,2 |
| Итого за завтрак |  | 625 | 623,1 |

День: *3 день примерного меню*

Ответственный по питанию: Якшигулова Л.М.