

**Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет, 12 и старше  
 МБОУ «Буртинская СОШ»**

**09.10.2024**

**Сезон: Осенне- зимний.**

**Неделя вторая**

**День 3, среда**

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции				Энергетическая ценность (ккал)			
		С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше	С 7 до 11 лет ОВЗ	С 12 лет и старше ОВЗ	С 7 до 11 лет	С 12 лет и старше	С 7 до 11 лет (ОВЗ)	С 12 лет и старше (ОВЗ)
Завтрак	Салат из белокочанной капусты	80	100		100	114,4	143		143
	Котлета из курицы	90	100		100	151,8	168,6		168,6
	Рис отварной	150	180		180	203,5	244,2		244,2
	Соус молочный, натуральный	30	30		30	35,7	35,7		35,7
	Чай с сахаром (витаминизированный)	200	200		200	21,4	21,4		21,4
	Хлеб пшеничный	15	30		30	35,2	70,3		-70,3
	Хлеб ржаной	15	30		30	29,3	58,7		58,7
	Апельсин	100				37,8			
<b>ИТОГО ЗАВТРАК</b>									
2 завтрак					200				191,2
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>					<b>629.1</b>	<b>741.9</b>		<b>933.1</b>

Шеф – повар: Швырченкова А.Л.

