

Утверждаю:

Директор

МБОУ «Алабайтальская ООШ»

И.И. Ахметзянов

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**МБОУ "Алабайтальская общеобразовательная школа"**

**на 13.03.2024год**

**Неделя первая**

**День 3 среда**

| Наименование блюда               | Масса порции (гр) |               | Энергетическая ценность(ккал) |               |
|----------------------------------|-------------------|---------------|-------------------------------|---------------|
|                                  | С 7до 11 лет      | С 12 и старше | С 7до 11 лет                  | С 12 и старше |
| Запеканка из творога             | 150               |               | 301,3                         |               |
| Джем                             | 20                |               | 57,9                          |               |
| Чай с молоком и сахаром          | 200               | 200           | 50,9                          | 50,9          |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)  | 100               |               | 44,4                          |               |
| Плов с курицей                   |                   | 260           |                               | 409           |
| Витошка                          |                   | 200           |                               | 77,6          |
| Хлеб пшеничный из муки 1 или в/с | 45                | 45            | 105,5                         | 105,5         |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 15                | 45            | 29,3                          | 88            |
| <b>Итого завтрак</b>             |                   |               | <b>589,3</b>                  | <b>680,1</b>  |
| <b>Итого 3 день</b>              |                   |               | <b>589,3</b>                  | <b>680,1</b>  |

Повар

*Саф*

**Р.Ш. Сафиулина**