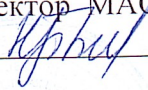


УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ №20
 Н.П. Бессонова
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

28.04.2025г.

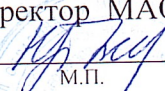
сезон: осенне-зимний период

месяц: вторая

день: 1 день примерного меню

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша молочная	200	169	5	6	24
Компот из смеси сухофруктов	200	81	0	0	20
Хлеб пшеничный	45	106	3	0	20
Сметановый хлеб с маслом	60	99	0	11	0
Салат фруктовый	200	87	1	0	20

Ответственный по питанию  Волошина С.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ №20
 Н.П. Бессонова
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

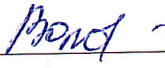
29.04.2025г.

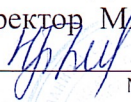
сезон: осенне - зимний период

месяц: вторая

день: 2 день примерного меню

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Курица отварная, соус красный основной	100	117	27	2	5
Картофельное пюре	150	160	3	6	24
Чай с лимоном и сахаром	200	51	2	1	0
Хлеб пшеничный	45	106	3	0	20
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	38	1	3	2
Мандарин	100	38	1	0	8

Ответственный по питанию  Волошина С.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ №20

Н.П. Бессонова
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 30.04.2025.

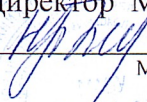
Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая

День: 3 день примерного меню

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Тефтели из говядины, соус красный основной	80	145	9	10	6
Каша гречневая	150	234	8	6	36
Кофейный напиток с молоком	200	86	4	3	11
Хлеб пшеничный	70	149	5	0	30
Яблоко	120	53	1	1	12

Ответственный по питанию  Волошина С.А.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ №20

Н.П. Бессонова
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 5.05.2025г.

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: первая

День: 1 день примерного меню

Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Бутерброд с маслом	60	99	0	7	0
Суп молочный с гречневой крупой	200	130	6	5	16
Компот из смеси сухофруктов	200	81	1	0	20
Хлеб пшеничный	40	94	3	0	20
Сок абрикосовый	200	106	1	0	25

Ответственный по питанию  Волошина С.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №20

Н.П. Бессонова

М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 6.05.2025г.

Сезон: осеннее - зимний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню

Наименование	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	38	1	3	2
Жаркое по-домашнему из курицы	200	226	25	6	18
Чай с лимоном и сахаром	200	28	0	0	7
Яблоко	100	44	0	0	10
Хлеб ржаной	45	106	3	1	15

Ответственный по питанию Волошина С.А. Волошина С.А.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №20

Н.П. Бессонова

М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 7.05.2025.

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Наименование	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Запеканка из творога	150	301	30	11	22
Яйцо варёное	40	57	5	4	0
Какао с молоком	200	100	5	4	13
Мандарин	100	35	1	0	8
Хлеб пшеничный	45	106	3	0	22
Джем из абрикосов	20	58	0	0	14

Ответственный по питанию Волошина С.А. Волошина С.А.