

Утверждаю  
Директор МБОУ «Матвеевская ООШ»  
\_\_\_\_\_ Ю.М. Доронин

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

10.01.2025г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Каша вязкая молочная овсяная	120	5.1	6.8	20.6	163.7	54-9к
	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6	54-1о
	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8	54-4гн
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	пром
	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5	54-1з
	Яблоко	120	0.5	0.5	11.8	53.3	пром
Итого за завтрак		550	20.6	21	58,8	501,7	