

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа «Ясень»  
с.им.9 Января Оренбургского района



Утверждаю:  
Директор МБОУ «Школа Ясень»  
Старикова С.П.



**МЕНЮ**

Дата: 17.03.2025г  
День: 1 (понедельник)  
Сезон: весеннее-летний  
Возрастная категория: 7-11

|                | №реце<br>пта | Прием пищи, наименование блюда                                     | Масса<br>порции | Ккал, на<br>100г. | цена  |
|----------------|--------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------|-------|
| <b>завтрак</b> | 189          | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                                                 | 200             | 289.6             | 14,61 |
|                | 209          | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                                      | 40              | 61.3              | 10,20 |
|                | 382          | КАКАО С МОЛОКОМ                                                    | 200             | 96.1              | 9,82  |
|                | ПР           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                     | 20              | 47.4              | 1,40  |
|                | 340          | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ<br>(АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН, ЯБЛОКО, БАНА<br>Н ИЛИ ГРУША) | 100             | 45.6              | 25,84 |
| Итого:         |              |                                                                    |                 | <b>540.0</b>      | 61,87 |

12-18 лет

|                |     |                                                                    |     |              |       |
|----------------|-----|--------------------------------------------------------------------|-----|--------------|-------|
| <b>завтрак</b> | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ                                                 | 200 | 289.6        | 14,83 |
|                | 209 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                                      | 40  | 61.3         | 11,00 |
|                | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ                                                    | 200 | 96.1         | 9,98  |
|                | ПР  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                     | 20  | 47.4         | 1,40  |
|                | 340 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ<br>(АПЕЛЬСИН, МАНДАРИН, ЯБЛОКО, БАНА<br>Н ИЛИ ГРУША) | 100 | 45.6         | 30,01 |
| Итого:         |     |                                                                    |     | <b>540.0</b> | 67,22 |