



Утверждаю
Директор
МОБУ «Оймяконская СОШ № 3»
Дивнич А.С.

Сезон: осенне-зимний период
Неделя: первая
Дни: 2 день примерного меню
Дата: 11.03.2025 г.

Ежедневное меню для обучающихся от 7 до 11 лет

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
54-3м	Голубцы ленивые	200	16,9	15,3	12,8	256,6
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,3	9,9	48,9
	Итого за Завтрак	450	20,7	15,9	41,6	392

Ежедневное меню для обучающихся с 12 лет и старше

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
54-3м	Голубцы ленивые	200	16,9	15,3	12,8	256,6
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6
	Итого за Завтрак	425	19	15,6	31,7	343,1

Ежедневное меню для обучающихся с ОВЗ

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
54-3м	Голубцы ленивые	200	16,9	15,3	12,8	256,6
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,7	0,3	9,9	48,9
	Итого за Завтрак	450	20,7	15,9	41,6	392

Ответственный по питанию

Хамина Н.Н.