Утверждаю

 Директор МБОУ «Вер-Язьвинская СОШ»

 В.Н. Паршаков

**Ежедневное меню**

**МБОУ «Верх-Язьвинская СОШ»**

**Неделя: *вторая***

**День: *среда***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Приём****пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Энергетическая ценность** | **Вес блюда** | **Энергетическая ценность** |
| **7 – 11 лет** | **12 лет и старше** |
| **Завтрак (ОВЗ)** | Каша кукурузная | 200 | 232,2 | 250 | 288,8 |
| Вафля | 50 | 160,0  | 50 | 160,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 48,64 | 200 | 48,64 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 184,7 | 60 | 184,7 |
| **Итого за завтрак:** |  | **510** | **625,54** | **560** | **682,14** |
| **Обед** | Салат витаминный | 60 | 44,8 | 100 | 85,0 |
| Суп картофельный с горохом | 200 | 79,03 | 250 | 98,79 |
| Рыба тушёная в сметанном соусе | 90 | 92,4 | 120 | 123,0 |
| Картофельное пюре | 100 | 106,97 | 100 | 106,97 |
| Сок фруктовый | 200 | 88,0 | 200 | 88,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 94,08 | 30 | 94,.08 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 90,62 | 30 | 90,62 |
| **Итого за обед:** |  | **710** | **595,9** | **830** | **686,46** |
| **Итого за день:** |  | **1220** | **1221,44** | **1390** | **1368,6** |