

Утверждаю
Директор МОУ «Средняя
общеобразовательная
школа №3 п.Советский»



С.А. Новосёлов

ФАКТИЧЕСКИЙ РАЦИОН ПИТАНИЯ ЛЬГОТНЫЙ ЗАВТРАК

13 декабря		14 декабря		15 декабря	
1	Бутерброд с сыром	1	Бутерброд с маслом	1	Чай с молоком
2	Каша рисовая с маслом	2	Каша пшеничная на молоке с маслом	2	Каша геркулесовая с маслом
3	Кофейный напиток	3	Какао на молоке	3	Хлеб пшеничный и ржаной
4	Хлеб пшеничный	4	Хлеб ржаной. Печенье	4	Яйцо вареное
16 декабря		19 декабря		20 декабря	
1	Оладьи	1	Каша гречневая на молоке с маслом	1	Бутерброд с сыром
2	Сгущённое молоко	2	Чай с лимоном	2	Каша геркулесовая с маслом
3	Чай с сахаром	3	Хлеб ржаной	3	Чай с молоком
4	Хлеб ржаной	4	Хлеб пшеничный	4	Хлеб пшеничный и ржаной
21 декабря		22 декабря		23 декабря	
1	Бутерброд с маслом	1	Каша пшеничная с маслом	1	Бутерброд с сыром
2	Каша (дружба) с маслом	2	Яйцо вареное	2	Оладьи со сгущенкой
3	Какао на молоке	3	Чай с лимоном	3	Кофейный напиток
4	Хлеб пшеничный и печенье	4	Хлеб пшеничный и ржаной	4	Хлеб ржаной