

УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ  Л.А. Константинова



Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 05.03.2025 г.

Сезон: весенний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак</b>						
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	8,00
Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,7	6,2	26,5	180,7	9,00
Тефтели из говядины паровые	90	12,3	10,7	7,5	175,5	29,60
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	8,00
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,90	1,43
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,18
<b>Итого за завтрак</b>	<b>590</b>	<b>21,90</b>	<b>26,1</b>	<b>69</b>	<b>598,7</b>	<b>69,21</b>

Повар:  Гайсина Ю.А.

Контрольные  
блюда

