

МОБУ «Электрозаводская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ОУ  Л.А.Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 17.02.2025 г.

Сезон: зимний период

Неделя: третья

День: 1 день примерного меню

| Наименование приёма пищи | Масса порции | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
|--|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Сыр твердых сортов в нарезке | 20 | 4,6 | 5,9 | 0 | 71,7 | 16,16 |
| Каша жидкая молочная рисовая | 250 | 6,6 | 6,8 | 35,8 | 230,7 | 29,80 |
| Напиток витаминизированный «Витошка» Какао | 200 | 5,8 | 5 | 29 | 184,2 | 20,64 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 1,43 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 7,9 | 39,1 | 1,18 |
| Итого за завтрак | 510 | 19,8 | 18,10 | 82,5 | 572,6 | 69,21 |

Повар:  Гайсина Ю.А.

Контрольные
блюда

