

МОБУ «Электрозаводская СОШ»



УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ Лаконоз Л.А. Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 06.02.2025 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	16,39
Творожно-пшеничная запеканка	200	15,1	7	17,7	194,2	24,21
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Молоко сгущенное с сахаром	30	2,2	2,6	16,7	98,2	5,00
Мандарин	100	0,9	0,2	8,1	37,8	18,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,43
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,18
Итого за завтрак	600	28,1	19,1	65,4	545,6	69,21

Повар: Гайсина Ю.А.

