



МОБУ «Электрозаводская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОУ  Л.А.Константинова



Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 10.02.2025 г.
Сезон: зимний период
Неделя: вторая
День: 6 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	34,00
Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	13,60
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
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	19,00
Итого за завтрак	540	16,2	14,4	76,4	500,8	69,21

Повар:  Гайсина Ю.А.