



УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ

*Л.А.Константинова* Л.А.Константинова

**Ежедневное меню для детей (7-11 лет)**

Дата: 17.02.2023 г.

Сезон: зимний период

Неделя: шестая

День: 10 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак</b>						
Фрукты	100	0,60	0,60	14,70	70,50	18,00
Запеканка из творога	150	24,60	10,20	24,50	288,19	36,61
Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	2,00
Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	2,40
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	1,20
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	1,20
<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>30,60</b>	<b>12,90</b>	<b>78,58</b>	<b>556,13</b>	<b>61,41</b>

Повар: *Кузнецова Л.Ф.* Кузнецова Л.Ф.

Контрольные  
блюда

