

Директор ОУ



УТВЕРЖДАЮ

Л.А.Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 07.02.2024 г.

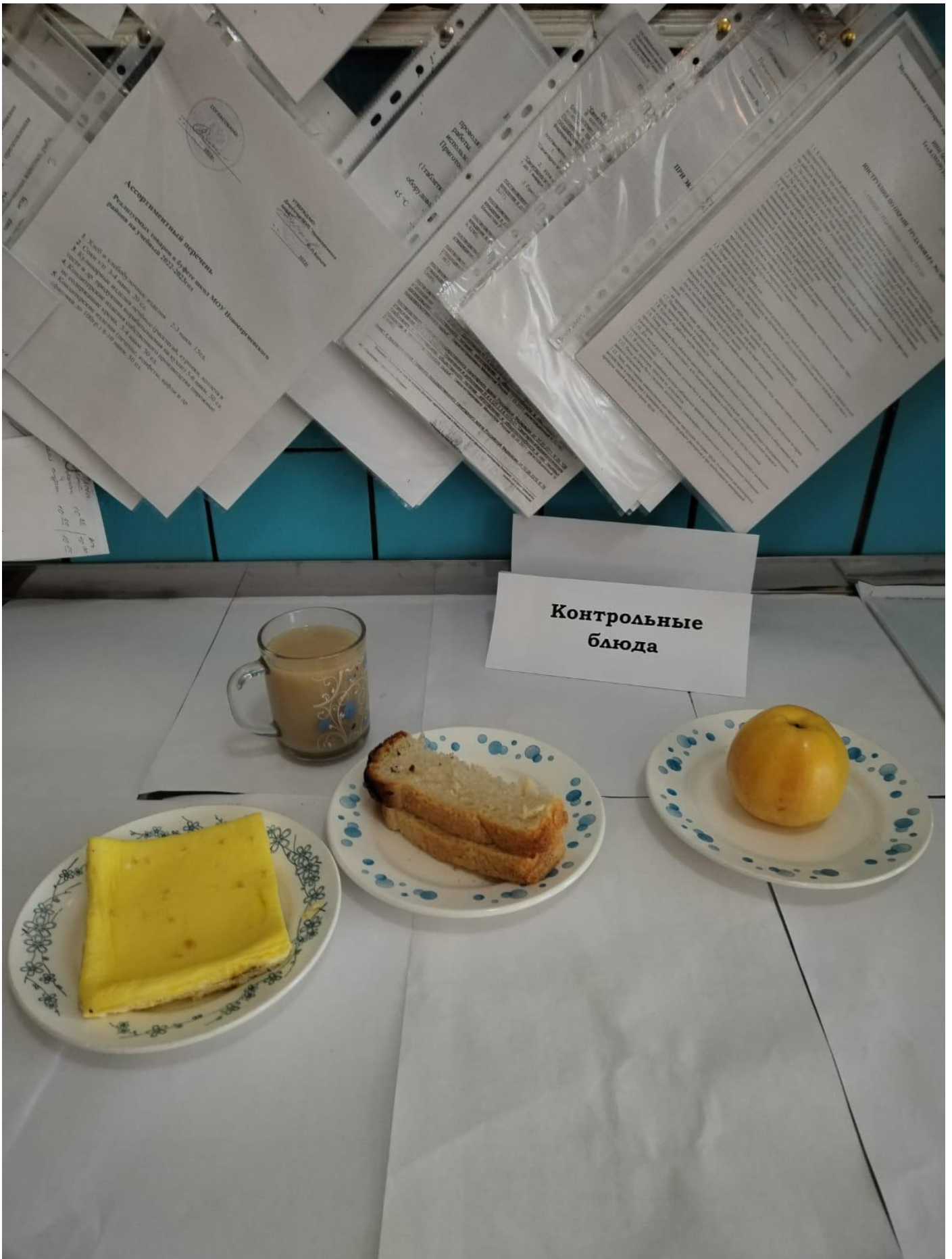
Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Омлет натуральный	200	16,90	24,00	4,3	300,7	35,63
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	7,00
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	18,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,90	2,00
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	2,00
Итого за завтрак	540	21,70	25,90	39,20	477,1	64,63

Повар: Гай Гайсина Ю.А.



**Контрольные
блюда**

Ассортиментный перечень
разработанный в соответствии с требованиями
ГОСТ Р 52087-2013

- 1. Хлеб и хлебобулочные изделия
- 2. Сыр
- 3. Молоко
- 4. Масло сливочное
- 5. Яйца куриные
- 6. Сахар-песок
- 7. Мука пшеничная
- 8. Масло растительное
- 9. Соусы
- 10. Специи
- 11. Чай
- 12. Кофе
- 13. Мед
- 14. Конфеты
- 15. Шоколад
- 16. Мороженое
- 17. Фрукты
- 18. Ягоды
- 19. Овощи
- 20. Грибы
- 21. Орехи
- 22. Семена
- 23. Крупы
- 24. Макароны
- 25. Злаковые культуры
- 26. Бобовые
- 27. Растительные масла
- 28. Жиры
- 29. Соли
- 30. Уксус
- 31. Соевый соус
- 32. Майонез
- 33. Кетчуп
- 34. Горчица
- 35. Соевый соус
- 36. Майонез
- 37. Кетчуп
- 38. Горчица
- 39. Соевый соус
- 40. Майонез
- 41. Кетчуп
- 42. Горчица
- 43. Соевый соус
- 44. Майонез
- 45. Кетчуп
- 46. Горчица
- 47. Соевый соус
- 48. Майонез
- 49. Кетчуп
- 50. Горчица