

Директор ОУ



УТВЕРЖДАЮ

Л.А.Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 30.01.2023 г.
Сезон: зимний период
Неделя: четвертая
День: 6 день примерного меню

Наименование блюд	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Икра морковная	60	0,80	4,20	4,20	49,20	9,00
Птица тушёная с овощами	90	3,50	10,40	1,50	125,40	34,67
Каша гречневая рассыпчатая	150	4,4	3,2	25,8	184,6	13,24
Чай с сахаром	200	0,1	0	10,4	36,4	2,40
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	2,10
Итого:	535	11,5	18,1	59,1	477,9	61,41

Повар: Кузнецова Л.Ф. Кузнецова Л.Ф.

