


УТВЕРЖДАЮ  
Директор ОУ  Л.А.Константинова



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

Дата: 13.11.2023г.  
Сезон: осенний период  
Неделя: третья  
День: 1 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак</b>						
Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3,0	0	35,80	10,00
Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,80	24,41
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,0
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	2,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	20,0
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	2
<b>Итого за завтрак</b>	<b>555</b>	<b>13,70</b>	<b>12,80</b>	<b>76,90</b>	<b>478,20</b>	<b>61,41</b>

Повар:  Гайсина Ю.А.

