


УТВЕРЖДАЮ  
Директор ОУ  Л.А.Константинова



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

Дата: 16.03.2023 г.  
Сезон: зимний период  
Неделя: третья  
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
<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>11,5</b>	<b>18,1</b>	<b>59,1</b>	<b>477,9</b>	<b>61,41</b>

Повар:  Кузнецова Л.Ф.

