


УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ  Л.А.Константинова



Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 16.10.2023 г.

Сезон: осенний период

Неделя: третья

День: 6 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	18,41
Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	16
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	2
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35,0	23
Итого за завтрак	540	16,6	14,2	74,1	491,4	61,41

Повар:  Гайсина Ю.А.

