

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОУ  Л.А.Константинова



Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 25.10.2023г.
Сезон: осенний период
Неделя: четвертая
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	32,41
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
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	2
Итого за завтрак	540	21,70	25,90	39,20	477,1	61,41

Повар:  Гайсина Ю.А.

