



УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ Л.А.Константинова

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

Дата: 01.09.2023г.

Сезон: осенний период

Неделя: первая

День: 5 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	11,00
Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,8	4,1	6,1	112,3	25,41
Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,9	5
Кофейный напиток	200	0,12	0	12,04	48,64	16
Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	2
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	2
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>27,40</b>	<b>15,40</b>	<b>77,20</b>	<b>555,90</b>	<b>61,41</b>

Повар: Гайсина Ю.А.

