



УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ Л.А.Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 01.12.2023г.

Сезон: зимний период

Неделя: пятая

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)	90	11,5	3,7	5,5	101,0	25,41
Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,9	5
Кофейный напиток	200	3,9	2,9	11,2	86,0	16
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,9	46,9	2
Хлеб ржаной	25	1,3	0,2	6,7	34,2	2
Итого за завтрак	510	23,8	14,7	62,6	477,5	61,41

Повар: Гай Гайсина Ю.А.

