

Директор ОУ



УТВЕРЖДАЮ

Л.А.Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 04 декабря 2023 г.

Сезон: зимний период

Неделя: вторая

День: 6 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Каша вязкая молочная пшенная	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
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	23
Итого за завтрак	540	16,2	14,4	76,4	500,8	61,41

Повар: Гай Гайсина Ю.А.

**Контрольные
блюда**

