



**Контрольные
блюда**



УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ Олеся Л.А.Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 09.10.2023г.

Сезон: осенний период

Неделя: вторая

День: 1 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3,0	0	35,80	10,00
Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,80	24,41
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,0
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	2,0
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	20,00
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	2
Итого за завтрак	555	13,30	13,00	79,2	487,6	61,41

Повар: Олеся Гайсина Ю.А.