



УТВЕРЖДАЮ
Директор ОУ Л.А.Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 11.09.2023г.
Сезон: осенний период
Неделя: третья
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
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	20,0
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	2
Итого за завтрак	555	13,70	12,80	76,90	478,20	61,41

Повар: Гай Гайсина Ю.А.

