


УТВЕРЖДАЮ
Директор ОУ  Л.А.Константинова



Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 14 февраля 2024 г.
Сезон: зимний период
Неделя: вторая
День: 8 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	35,8	11,22
Каша вязкая молочная ячневая	200	7,2	9,3	34,1	249,0	14,41
Кофейный напиток	200	3,9	2,9	11,2	86,0	17,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,00
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	18,00
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	2,00
Итого за завтрак	550	16,6	16,0	71,6	496,3	64,63

Повар:  Гайсина Ю.А.

Контрольные
блюда

