
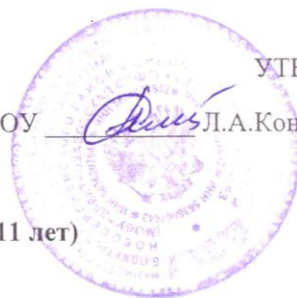


МОБУ «Электрозаводская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ  Л.А.Константинова



**Ежедневное меню для детей (7-11 лет)**

Дата: 14.03.2024 г.

Сезон: весенний период

Неделя: вторая

День: 9 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак</b>						
Морковь отварная дольками	50	0,7	1,6	3,5	31,3	5,00
Омлет натуральный	150	12,7	18	3,2	225,5	34,63
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,00
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	2,00
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	18,00
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>16,8</b>	<b>20,4</b>	<b>39,4</b>	<b>409,0</b>	<b>64,63</b>

Повар:  Гайсина Ю.А.

