

Директор ОУ  П.А.Константинова



УТВЕРЖДАЮ

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 18.01.2024 г.

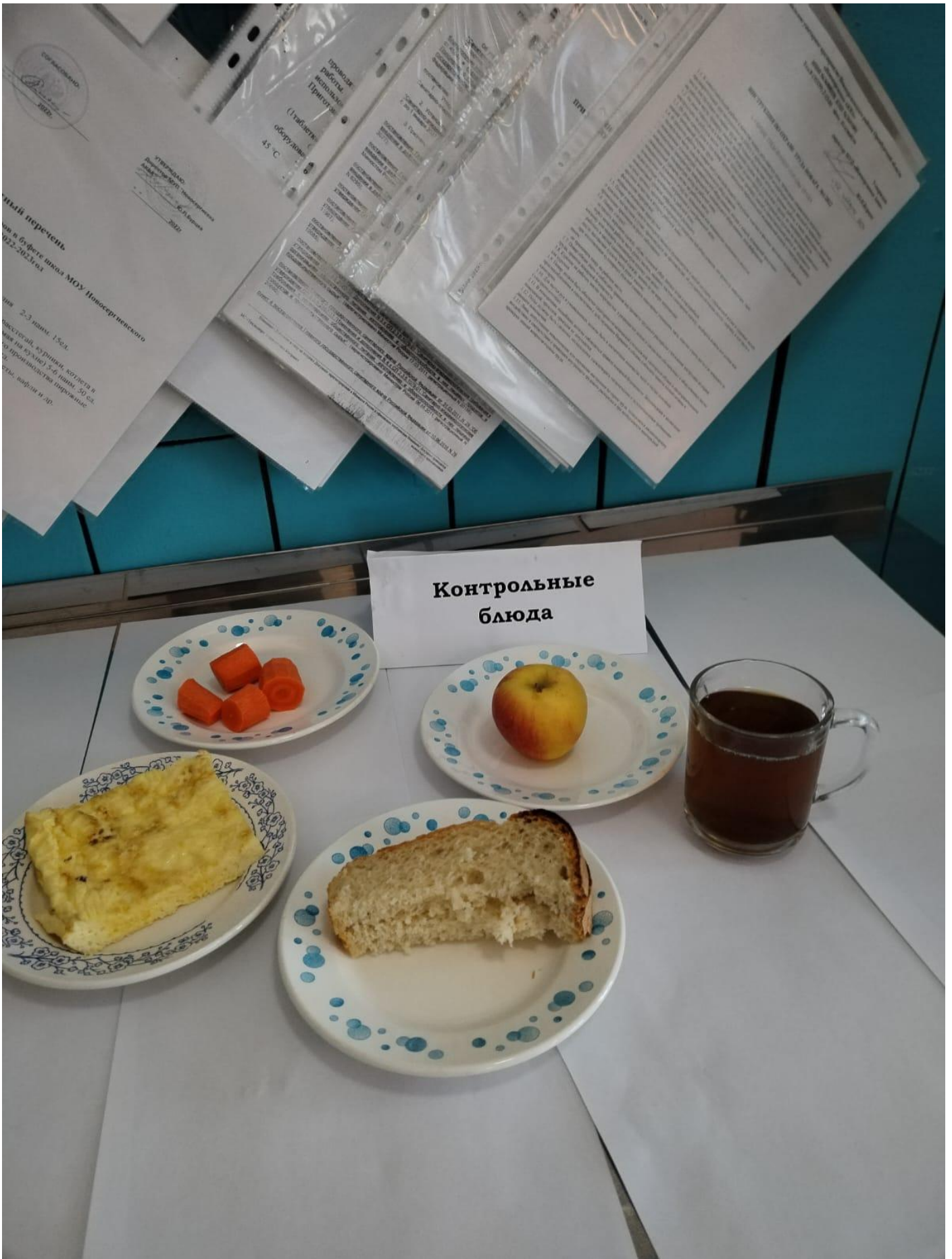
Сезон: зимний период

Неделя: вторая

День: 9 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
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	120	1,8	0,6	25,2	113,4	18,00
Итого за завтрак	560	18,2	20,6	54,8	478,1	64,63

Повар:  Гайсина Ю.А.



**Контрольные
блюда**

