

Директор ОУ



УТВЕРЖДАЮ

И.А. Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 22.01.2024г.

Сезон: зимний 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	11,22
Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,80	28,41
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	3,00
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	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	555	13,30	13,00	79,2	487,6	64,63

Повар: Гай Гайсина Ю.А.

**Контрольные
блюда**

