



УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ Л.А.Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 16.04.2024 г.

Сезон: весенний период

Неделя: третья

День: 2 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Салат из свеклы с черносливом	50	0,7	2,7	6,5	53,1	6,00
Булочка с маком	150	3,1	5,3	19,8	139,40	12,00
Курица тушеная с картофелем	90	12,70	5,2	4,0	113,7	25,63
Каша овсяная с молоком	200	4,7	3,5	12,50	100,4	17,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,90	2,00
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	2,00
Итого за завтрак	530	24,00	17,10	59,30	487,7	64,63

Повар:  Гайсина Ю.А.

КОНТРОЛЬНЫЕ
блюда

