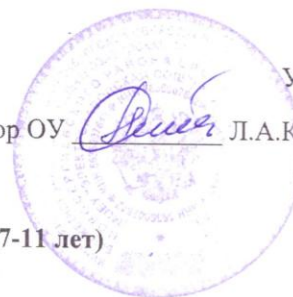


УТВЕРЖДАЮ  
Директор ОУ  Л.А.Константинова



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

Дата: 22.12.2023 г.

Сезон: зимний период

Неделя: четвертая

День: 10 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак</b>						
Каша жидкая молочная гречневая	240	8,6	6,9	32,1	224,8	24,41
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	7
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35,0	23
Джем из абрикосов	15	0,1	0	10,8	43,4	3
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82,0	2
Хлеб ржаной	25	1,3	0,2	6,7	34,2	2
<b>Итого за завтрак</b>	<b>610</b>	<b>15,1</b>	<b>8,7</b>	<b>82,9</b>	<b>470,3</b>	<b>61,41</b>

Повар:  Гайсина Ю.А.

**Контрольные  
блюда**

