

МОБУ «Электрозаводская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ОУ  Л.А.Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 05.11.2024 г.  
 Сезон: осенний период  
 Неделя: первая  
 День: 2 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак</b>						
Салат из свеклы с черносливом	60	0,9	3,3	7,8	63,7	6,00
Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,40	12,00
Курица тушеная с морковью	90	12,70	5,2	4,0	113,7	21,63
Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,50	100,4	9,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,90	1,43
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,43
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	13,39
<b>Итого за завтрак</b>	<b>640</b>	<b>25,00</b>	<b>17,90</b>	<b>68,1</b>	<b>533,3</b>	<b>64,63</b>

Повар:  Гайсина Ю.А.

