

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ОУ  Л.А.Константинова

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

Дата: 13.01.2025 г.  
Сезон: зимний период  
Неделя: вторая  
День: 6 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак</b>						
Каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	34,00
Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	13,60
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,43
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,18
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	19,00
<b>Итого за завтрак</b>	<b>540</b>	<b>16,2</b>	<b>14,4</b>	<b>76,4</b>	<b>500,8</b>	<b>69,21</b>

Повар:  Гайсина Ю.А.

