

МОБУ «Электрозаводская СОШ»



УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ Л.А. Константинова

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

Дата: 20.01.2025 г.

Сезон: зимний период

Неделя: третья

День: 1 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак</b>						
Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7	16,16
Каша жидкая молочная рисовая	250	6,6	6,8	35,8	230,7	29,80
Напиток витаминизированный «Витошка» Какао	200	5,8	5	29	184,2	20,64
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,43
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	7,9	39,1	1,18
<b>Итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>19,8</b>	<b>18,10</b>	<b>82,5</b>	<b>572,6</b>	<b>69,21</b>

Повар: Гайсина Ю.А.



Контрольные  
блюда

20.01.25<sub>г</sub>