

МОБУ «Электрозаводская СОШ»

Директор ОУ  П.А. Константинова

УТВЕРЖДАЮ



Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 25.12.2024 г.  
Сезон: зимний период  
Неделя: четвертая  
День: 8 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
<b>Завтрак</b>						
Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3,0	0	35,8	7,00
Каша вязкая молочная ячневая	200	7,2	9,3	34,1	249,0	27,02
Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86,0	10,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,43
Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8	18,00
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,18
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>17,1</b>	<b>15,8</b>	<b>69,9</b>	<b>489,7</b>	<b>64,63</b>

Повар:  Гайсина Ю.А.

