

МОБУ «Электрозаводская СОШ»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ  Л.А. Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 11.12.2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: вторая

День: 8 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
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
Итого за завтрак	550	17,1	15,8	69,9	489,7	64,63

Повар:  Гайсина Ю.А.

