



Контрольные
блюда

08.12.24

МОБУ «Электrozаводская СОШ»

Директор ОУ  Л.А.Константинова

УТВЕРЖДАЮ



Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 06.12.2024 г.
 Сезон: зимний период
 Неделя: первая
 День: 5 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	13,39
Котлета рыбная любительская (минтай)	90	11,5	3,7	5,5	101,0	34,63
Сусло молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	4,00
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
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	1,18
Итого за завтрак	510	23,8	14,7	62,6	477,5	64,63

Повар:  Гайсина Ю.А.