

МОБУ «Электрозаводская СОШ»



УТВЕРЖДАЮ

Директор ОУ *Л.А. Константинова* Л.А. Константинова

Ежедневное меню для детей (7-11 лет)

Дата: 30.09.2024 г.

Сезон: осенний период

Неделя: пятая

День: 1 день примерного меню

Наименование приёма пищи	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
Завтрак						
Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7	14,36
Каша жидкая молочная рисовая	250	6,6	6,8	35,8	230,7	24,22
Напиток витаминизированный «Витошка» Какао	200	5,8	5	29	184,2	18,64
Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	1,43
Хлеб ржаной	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,18
Итого за завтрак	510	19,8	18,10	82,5	572,6	64,63

Повар: *Ю.А. Гайсина* Гайсина Ю.А.

Контрольные
блюда

