



Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 09.11.2023

Сезон: *осенне-зимний период*

Неделя: *первая*

День: *4 день примерного меню*

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
54-23м-2020	Рис отварной	150	15,00	204	4	5	36
54-6г-2020	Чай с сахаром	200	4,93	21	0	0	5
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,60	94	3	0	20
54-45гн-2020	Биточек из курицы.	90	25,88	152	17	4	12
54-21к-2020	Яблоко	100	12,00	47	0	0	10
			61,41				

Повар Бунец Н.Н. Бунец