****

Ежедневное меню для обучающихся *7-11 лет*

Дата: 15.09.2023

Сезон: осенне-зимний  *период*

Неделя: *вторая*

День: 10 *день примерного меню*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность |
| 1 | Картофельное пюре | 150 | 11,57 | 139 |
| 2 | Чай с сахаром | 200 | 2,16 | 28 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 2,40 | 94 |
| 4 | Рыба тушеная в томате с овощами | 90 | 22,08 | 140 |
| 5 | Салат из капусты с овощами | 60 | 10,20 | 50 |
| 6 | банан | 100 | 13,00 | 95 |
|  |  |  | 61,41 |  |
|  |  |  |  |  |

