



Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 17.11.2023

Сезон: осенне-зимний *период*

Неделя: *вторая*

День: 10 *день примерного меню*

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
54-17г	Картофельное пюре	150	9,04	139	3	5	20
54-3гн	Чай с сахаром	200	4,93	27	0	0	7
пром.	Хлеб пшеничный	40	3,60	94	3	0	20
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами	90	21,84	133	13	7	6
54-10з	Салат из капусты с овощами	60	10,00	50	2	4	2
пром.	банан	100	12,00	95	2	1	21
			61,41				

Повар Бунец Н.Н. Бунец