****

Ежедневное меню для обучающихся *7-11 лет*

Дата:20.11.09*.2023*

Сезон: *осенне-зимний период*

Неделя: *первая*

День:1 *день примерного меню*

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| 54-1к2020 | Каша "Дружба" | 250 | 23,31 | 211 | 6 | 7 | 30 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 7,93 | 100 | 5 | 4 | 13 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 3,60 | 94 | 3 | 0 | 20 |
| 54-1з | сыр твердых сортов | 30 | 14.57 | 108 | 7 | 9 | 0 |
| пром. | банан | 100 | 12,00 | 95 | 2 | 1 | 21 |
|  |  |  | 61,41 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

