****

Ежедневное меню для обучающихся *7-11 лет*

Дата: 22.12.2023

Сезон: осенне-зимний  *период*

Неделя: *первая*

День: 5 *день примерного меню*

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| 54-4к2020 | Каша вязкая молочная кукурузная с изюмом | 200 | 29,28 | 298 | 7 | 9 | 48 |
| 54-3гн | Какао с молоком | 200 | 14,93 | 100 | 5 | 4 | 13 |
| пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 3,60 | 94 | 3 | 0 | 20 |
| пром. | банан | 100 | 13,60 | 95 | 2 | 1 | 21 |
|  |  |  | 61,41 |  |  |  |  |

