****

Ежедневное меню для обучающихся *7-11 лет*

Дата: 31.01*.2024*

Сезон: *осенне-зимний период*

Неделя: *вторая*

День: 8 *день примерного меню*

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| 54-4г | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 18,90 | 312 | 11 | 9 | 48 |
| 54-4гн | Чай без сахара | 200 | 4,93 | 1 | 0 | 0 | 0 |
| прм. | хлеб | 40 | 3,60 | 94 | 3 | 0 | 20 |
| 54-11з2020 | салат из моркови с яблоком | 60 | 11,22 | 74 | 1 | 6 | 4 |
| 54-14р | Котлета рыбная любительская(минтай) | 90 | 25,98 | 101 | 12 | 4 | 6 |
|   |   |   | 64,63 |   |   |   |   |

