Меню на *23 сентября 2022г*.



день: 3 пятница

возрастная категория: 7-11 лет

сезон : осеннее- зимнее

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** |  | | | | | |  |
|
| **наименование блюда** | **масса порции** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **энергетическая ценность, ккал** | стоим. |
| **Завтрак** | | | | | | |  |
| 54-3з-2020 | Овощи в нарезке (помидор) | 60 | 0,7 | 0,1 | 2,3 | 12,8 | 4,76 |
| 54-24м-2020 | Шницель из курицы | 75 | 14,4 | 3,3 | 10,1 | 127,1 | 26,32 |
| 54-11г-2020 | Картофельное пюре | 150 | 3,2 | 5,2 | 19,8 | 139,4 | 10,00 |
| 54-2гн-2020 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 2,12 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,5 | 1,29 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 25 | 1,7 | 0,3 | 8,4 | 42,7 | 0,69 |
|  | **Итого:** | **540** | **22,57** | **9,20** | **61,59** | **419,30** | **45,18** |