

**Меню на «23» \_11\_2021г.**

(школа 7-11 лет)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Завтрак**  | **Наименование блюда** | **выход** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| Каша вязкая молочная овсяная | 100 | 136,4 |
| Запеканка из творога  | 75 | 150,60 |
| Джем фруктовый | 10 | 29 |
| Чай с сахаром | 200 | 26,80 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 70,50 |
| Хлеб ржаной | 16 | 33,60 |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 47,00 |