



**Ежедневное меню
на 14 ноября 2024 год
5-11 классы**

| № | Наименование блюда | Выход | Калорийность |
|----------|---------------------------|--------------|---------------------|
| 1 | Рыба припущенная | 90 | 84 |
| 2 | Чай с сахаром | 200 | 28 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 50 | 107 |
| 4 | отварные макароны | 150 | 168 |
| 5 | | | |
| 6 | | | |
| 7 | | | |
| 8 | | | |
| 9 | | | |
| 10 | | | |
| 11 | Суммарный объем блюд | 490 | |
| 12 | Энергетическая ценность | | 387 |