



день:  
возрастная категория:

6 суббота 18.09.2021  
7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	100	14,10	2,80	8,60	115,90
54-19г-2020	Капуста белокочанная тушеная	150	2,90	26,50	8,10	283,00
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,60
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>20,35</b>	<b>29,76</b>	<b>44,86</b>	<b>529,80</b>