



день:

8 вторник 21.09.2021

возрастная категория:

7-11 лет

| № рец.      | наименование блюда         | масса порции | белки        | жиры         | углеводы     | энергетическая ценность, ккал |
|-------------|----------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
|             |                            |              |              |              |              |                               |
| 54-4г-2020  | Каша гречневая рассыпчатая | 150          | 8,2          | 6,3          | 35,9         | 233,7                         |
| 54-4м-2020  | Котлеты из говядины        | 100          | 18,26        | 18,13        | 16,26        | 362,13                        |
| 54-3гн-2020 | Чай с лимоном и сахаром    | 200          | 0,20         | 0,10         | 6,60         | 27,90                         |
| 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>29,81</b> | <b>24,99</b> | <b>80,42</b> | <b>727,83</b>                 |