



день:

2 вторник

28.09.2021.

возрастная категория:

7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	100	4,30	5,60	17,10	136,40
54-1т-2020	Запеканка из творога	75	14,80	5,30	10,80	150,60
Пром.	Джем фруктовый	10,00	0,10	0,00	7,20	29,00
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
Пром.	Фрукт (яблоко)***	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>22,95</b>	<b>11,76</b>	<b>73,06</b>	<b>493,90</b>