



день: 06.03.2021  
 возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	Завтрак			энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,80	11,20	3,30	169,40
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,20	6,50	42,80	262,50
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60
338	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>Итого:</b>	<b>576</b>	<b>30,15</b>	<b>22,86</b>	<b>89,96</b>	<b>689,70</b>