



день:
возрастная
категория:

11 пятница
7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	Завтрак			энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,30	7,90	34,70	318,80
54-8г-2020	Капуста тушеная	150	3,60	5,00	15,80	122,10
54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200	0,19	0,00	0,06	26,40
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60
	Пряник	30	1,03	1,53	14,85	77,29
	Итого:	626	35,27	14,89	87,07	648,69