



день

5 пятница 26.02.2021

возрастная

7-11 лет

категория:

| № рец. | наименование блюда | масса порции | белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность, ккал |
|---------------------|-------------------------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|----------------------------------|
| | | | | | | |
| 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- 13з- 2020 | Салат из свеклы отварной | 100 | 1,33 | 4,50 | 7,66 | 76,00 |
| 54-2гн- 2020 | Чай черный с сахаром | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,06 | 26,40 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,5 |
| | Хлеб ржаной | 16 | 0,78 | 0,16 | 7,17 | 33,6 |
| 338 | Яблоки | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| | Итого: | 676,00 | 27,07 | 23,06 | 85,28 | 685,40 |