



день: 19.09.2022  
 неделя:  
 возрастная категория:  
 сезон:

1 понедельник  
 1  
 7-11 лет  
 осенне-зимний

19.09.2022

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	20	0,2	0	0,5	2,8
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-4м-2020	Котлеты из говядины	100	13,7	13,6	12,2	226,3
54-1соус-2020	Соус сметанный	100	1,5	8,4	3,4	95,2
54-2згн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60
	<b>Итого:</b>	<b>616</b>	<b>30,65</b>	<b>31,66</b>	<b>84,86</b>	<b>748,10</b>