



день:

5 пятница

21.10.2022г.

возрастная категория:

7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,50	13,50	3,10	188,90
54-12г-2020	Каша пшенная рассыпчатая	150	6,30	7,10	35,50	231,60
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	1,30	0,20	6,70	34,20
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,55	3,39	20,91	124,35
	<b>Итого:</b>	<b>510</b>	<b>26,22</b>	<b>24,49</b>	<b>87,20</b>	<b>676,35</b>