



день:
возрастная категория:

6 суббота
7-11 лет

22.10.2022г.

| № рец. | наименование блюда | масса порции | белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность, ккал |
|--------------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 54-8з-2020 | Салат из белокочанной капусты с морковью | 80 | 1,30 | 8,10 | 7,80 | 108,70 |
| 54-12м-2020 | Плов с курицей | 200 | 27,30 | 8,10 | 33,20 | 314,60 |
| 54-21гн-2020 | Какао с молоком | 200 | 4,60 | 4,30 | 12,40 | 106,70 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,50 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 20 | 1,30 | 0,20 | 6,70 | 34,20 |
| | Итого: | 530 | 36,87 | 21,00 | 74,59 | 634,70 |