



10 четверг
7-11 лет

02.02.2023г.

день:
возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
	Завтрак					
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	80	0,4	0	1	5,6
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	100	14,1	2,8	8,6	115,9
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	3,2	5,2	19,8	139,4
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,10	6,60	27,90
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
	Итого:	635,00	21,97	8,70	58,89	402,00