



11 пятница
7-11 лет

03.02.2023г.

день
возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	80	0,7	0,1	2,3	12,8
54-25м-2020	Курица тушенная с морковью	120	14,1	6,30	4,4	131,3
54-12г-2020	Каша пшеничная рассыпчатая	200	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	25	1,70	0,30	8,40	42,70
Пром.	Фрукт (яблоко)***	1шт	0,4	0,4	9,8	47
	Итого:	655	25,37	14,10	71,59	515,70