



1 понедельник

1

06.03.2023г.

ая категория:

7-11 лет

осенне-зимний

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец) ✓	80	0.2	0	0.5	2.8
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая ✓	200	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
54-23гн-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
Пром	Вафли	40	1.5	8.7	18.9	150
	Итого:	726	30.65	31.66	84.86	748.10