



04.03.2023

2 вторник

7-11 лет

возрастная категория:

| № рец. | наименование блюда | масса порции | белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность, ккал |
|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 54-12м-2020 | Плов с курицей | 250 | 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 | 16 | 0.78 | 0.16 | 7.17 | 33.60 |
| Пром | Фрукт (яблоко)*** | 1шт | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 47 |
| | Итого: | 496 | 35.45 | 13.26 | 77.06 | 572.40 |