



6 суббота  
7-11 лет  
11.03.2023

возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и огурцами	100	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
Пром.	Вафли	40	1.5	8.7	18.9	159.00
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>36.87</b>	<b>21.00</b>	<b>74.59</b>	<b>634.70</b>