



5 пятница 13.01.2023г.

7-11 лет

Возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>						
54-1т-2020	Запеканка из творога	200	25,60	16,10	25,00	347,80
Пром.	Джем фруктовый	20	0,1	0	7,2	29
54-3тн-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	16	0,78	0,16	7,17	33,60
Пром.	Фрукт (банан)***	1шт	2,30	0,00	33,60	143,40
	<b>Итого:</b>	<b>466</b>	<b>31,35</b>	<b>16,66</b>	<b>94,06</b>	<b>652,20</b>