день: 9 среда 15.03.2023г.

возрастная категория: 7-11 лет

| № рец. | наименование блюда | масса порции | белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Завтрак | | | | | | |
| 54-6м-2020 | Биточки из говядины ✓ | 100 | 16,44 | 15,72 | 14,9 | 265,6 |
| 54-2гн-2020 | Чай с сахаром ✓ | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 |
| Пром. | Хлеб пшеничный ✓ | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,5 |
| Пром. | Хлеб ржаной ✓ | 16 | 0,78 | 0,16 | 7,17 | 33,6 |
| пром. | Вафли | 40 | 1,5 | 8,7 | 18,9 | 159 |
| | Итого: | 386 | 21,29 | 24,88 | 61,96 | 555,5 |