



7 понедельник
2
осенне-зимний

14.04.2023г.

день:
неделя:
возрастная категория:
сезон:

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец) ✓	100	0.40	0.00	1.00	5.60
54-4м-2020	Котлеты из говядины ✓	100	13.7	13.6	12.2	226.3
54-3гн-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 (яблоко)***	1шт	0.4	0.4	9.8	47
	Итого:	446	17.85	14.56	51.26	410.90