



День: 18.09.2023г.
 1 понедельник
 1 Неделя:
 7-11 лет
 возрастная категория:
 осенне-зимний
 сезон:

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец) ✓ ✓	50	0,4	0	1	5,6
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая ✓ ✓	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-4м-2020	Котлеты из говядины ✓ ✕	100	13,7	13,6	12,2	226,3
54-1соус-2020	Соус сметанный ✓ ✕	100	1,5	8,4	3,4	95,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком ✓ ✕	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Хлеб пшеничный ✕	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной ✕	16	0,78	0,16	7,17	33,60
Итого:		646	30,85	31,66	85,36	750,90