



10 четверг
7-11 лет
19.01.2023г.

действ.
возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	110	14,1	2,8	8,6	115,9
54-12г-2020	Каша овсяная рассыпчатая	200	6,30	7,10	35,50	231,60
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Пром.	Плитка шоколадная	1шт	2,55	3,39	20,91	124,35
	Итого:	565,00	24,67	10,50	73,49	487,50