



2 вторник  
7-11 лет

21.03.2023г.

Имя: \_\_\_\_\_  
Фамилия: \_\_\_\_\_  
Возрастная категория:

	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-1т-2020	Запеканка из творога ✓	150	25,60	16,10	25,00	347,80
Пром.	Джем фруктовый ✓	10	0,1	0	7,2	29
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 (банан)***	1шт	2,3	0	33,6	143,4
	Итого:	406	31,35	16,66	94,06	652,20

№ рец. \_\_\_\_\_