день: 11 пятница 23.12.2022

возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	100	0,7	0,1	2,3	12,8
54-25м-2020	Курица тушеная с морковью	120	14,1	6,30	4,4	131,3
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,2	6,3	35,9	233,7
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	1,70	0,30	8,40	42,70
Пром.	Фрукт (яблоко)***	1шт	0,4	0,4	9,8	47
Пром.	Плитка шоколадная	1шт	2,55	3,39	20,91	124,35
	Итого:	**675**	**27,27**	**13,30**	**71,99**	**517,80**