



25.09.2023

6 понедельник
2
7-11 лет
осенне-зимний

день:
неделя:
возрастная категория:
сезон:

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
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
54-12г-2020	Каша овсянная рассыпчатая ✓	200	6,30	7,10	35,50	231,60
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:	646	24,15	21,66	86,76	642,50