



26.01.2023г.

4 четверг
7-11 лет

возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	60	0,40	0,00	1,00	5,60
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	30	0,6	0,1	3,05	15,65
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	100	14,1	2,8	8,6	115,9
54-6г-2020	Рис отварной	200	3,6	5,2	38,1	213,5
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7
Пром.	Фрукт (банан)***	1шт	2,3	0	33,6	143,4
Пром.	Плитка шоколадная	1шт	2,55	3,39	20,91	124,35
	Итого:	585	26,97	13	85,04	564,95