день: 6 суббота 28.01.2023г.

возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
	Завтрак					
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и огурцами	100	1,30	8,10	7,80	108,70
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,30	8,10	33,20	314,60
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	6,70	34,20
Пром.	Фрукт (банан)***	1шт	2,3	0	33,6	143,4
	Итого:	**550**	**36,87**	**21,00**	**74,59**	**634,70**