



8 вторник
7-11 лет
31.01.2023г.

возрастная категория:

№-реци	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	20	3,50	4,40	0,00	53,70
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	250	15,2	15,4	38,6	354,4
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	16	0,78	0,16	7,17	33,60
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,55	3,39	20,91	124,35
Пром.	Фрукт (груша)***	1шт	2,3	0	33,6	143,4
	Итого:	546	29,00	27,95	93,57	743,25