



18.05.2023г.

10 четверг
7-11 лет

день
возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец) ✓	40	0,4	0	1	5,6
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай) ✓	100	14,1	2,8	8,6	115,9
54-11г-2020	Картофельное пюре ✓	150	3,2	5,2	19,8	139,4
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	1,7	0,3	8,4	42,7
Пром.	Фрукт (яблоко)***	1шт	0,4	0,4	9,8	47
	Итого:	545,00	21,97	8,60	58,79	400,90