



день: **28.09.2023г.**  
 9 четверг  
 7-11 лет

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
54-12г-2020	Каша овсянная рассыпчатая ✓	200	6,30	7,10	35,50	231,60
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
	<b>Итого:</b>	<b>595,00</b>	<b>25,07</b>	<b>10,50</b>	<b>74,49</b>	<b>493,10</b>