



1 понедельник 02.10.2023г.

1
7-11 лет
осенне-зимний

день:
неделя:
возрастная категория:
сезон:

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая ✓	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-4м-2020	Котлеты из говядины ✓	100	13,7	13,6	12,2	226,3
54-1соус-2020	Соус сметанный ✓	100	1,5	8,4	3,4	95,2
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком ✓	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый ✓	50	2,55	3,39	20,91	124,35
Пром.	Хлеб пшеничный ✓	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной ✓	16	0,78	0,16	7,17	33,60
	Итого:	646	33,00	35,05	105,27	869,65