



2 вторник 03.10.2023
7-11 лет

№ рец. день: возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью, помидорами и огурцами ✓	80	1,30	8,10	7,80	108,70
54-11м-2020	Плов из отварной говядины ✓	200	15,2	15,4	38,6	354,4
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов ✓	200	0,60	0,00	22,70	93,20
Пром.	Хлеб пшеничный ✓	30	2,37	0,3	14,49	70,5
Пром.	Хлеб ржаной ✓	16	0,78	0,16	7,17	33,6
	Итого:	526	20,25	23,96	90,76	660,40