10.04.2024

день: 8 среда

возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-6м-2020	Биточки из говядины	90	16,44	15,72	14,9	265,6
54-9к-2020	Каша вязкая овсяная	120	8,6	12,8	34,2	285,8
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6
Пром.	Фрукт (банан)***	1шт	2,3	0	33,6	143,4
	Итого:	516	31,39	29,08	113,16	838,5