



24.10.2023

7 вторник

7-11 лет

день:

возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке ✓	15	3,50	4,40	0,00	53,70
54-12м-2020	Плов с курицей ✓	200	27,30	8,10	33,20	314,60
54-21гн-2020	Какао с молоком ✓	200	4,60	4,30	12,40	106,70
Пром.	Хлеб пшеничный ✓	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной ✓	16	0,78	0,16	7,17	33,60
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый ✓	30	2,55	3,39	20,91	124,35
	<b>Итого:</b>	<b>491</b>	<b>41,10</b>	<b>20,65</b>	<b>88,17</b>	<b>703,45</b>