



01.10.2024

2 вторник  
7-11 лет

день:  
возрастная категория:

| № рец.         | наименование блюда            | масса порции | белки        | жиры         | углеводы     | энергетическая ценность, ккал |
|----------------|-------------------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b> |                               |              |              |              |              |                               |
| 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 ✓                 | 20           | 0,78         | 0,16         | 7,17         | 33,6                          |
|                | <b>Итого:</b>                 | <b>450</b>   | <b>18,95</b> | <b>15,86</b> | <b>82,96</b> | <b>551,70</b>                 |