



5 пятница
7-11 лет
возрастная категория:
06.09.2024

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-2м-2020	Гуляш из говядины	120	13,50	13,50	3,10	188,90
54-12г-2020	Каша овсянная рассыпчатая	200	6,30	7,10	35,50	231,60
54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	80	1,30	8,10	7,80	108,70
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	6,70	34,20
	Итого:	650	24,97	29,20	74,09	660,70