



08.10.2024

7 вторник

7-11 лет

возрастная категория:

день

№ 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
	Итого:	461	38,55	17,26	67,26	579,10