МКОУ «СОШ» с.п. Нижний Чегем

день: 2 вторник 10.12.2024

возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-5м-2020	Котлета из курицы	90	17,28	1,2	12,12	152,52
54-1соус-2020	Соус сметанный	25	0,36	2,1	0,85	23,3
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,90	2,90	11,20	86,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
Пром.	Хлеб ржаной	16	2,37	0,3	14,49	33,6
	Итого:	**511**	**34,48**	**13,10**	**89,05**	**599,62**