



7 ВТОРНИК

7-11 лет

**возрастная категория:**

**день:**

| № рецеп.    | наименование блюда          | Завтрак         |       |       |          |        | энергетическая<br>ценность, ккал |
|-------------|-----------------------------|-----------------|-------|-------|----------|--------|----------------------------------|
|             |                             | масса<br>порции | белки | жиры  | углеводы |        |                                  |
| 54-2м-2020  | Гуляш из говядины           | 90              | 15,19 | 15,19 | 3,49     | 212,51 |                                  |
| 54-1г-2020  | Макароны отварные           | 150             | 5,30  | 5,50  | 32,70    | 196,80 |                                  |
| 54-1хн-2020 | Компот из смеси сухофруктов | 200             | 0,60  | 0,00  | 22,70    | 93,20  |                                  |
| 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  | 27              | 2,55  | 3,39  | 20,91    | 83,70  |                                  |
|             | Итого:                      | 513             | 26,79 | 24,54 | 101,46   | 690,31 |                                  |