



10 пятница
7-11 лет

11.10.2024

день:
возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-25м-2020	Курица тушеная с морковью ✓	100	14,1	6,30	4,4	131,3
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая ✓	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-7хн-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 ✓	25	1,70	0,30	8,40	42,70
	Итого:	505	26,97	13,20	85,89	571,40