день: 1 понедельник

неделя: 1

11.11.2024

возрастная категория: 7-11 лет

сезон: осенне-зимний

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
	Завтрак					
54-9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,9
54-6о-2020	Яйцо вареное	60	4,8	4	0,3	56,6
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	16	1,70	0,30	8,40	33,60
	Итого:	**506**	**17,67**	**15,90**	**63,99**	**460,40**