



12.11.2024

2 вторник

7-11 лет

наименование блюда:

день:

возрастная категория:

| № 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 |