



15.10.2024

2 вторник
7-11 лет

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