



16.04.2025

день:

возрастная категория:

№ рецеп.	наименование блюда	Завтрак					энергетическая ценность, ккал
		масса порции	белки	жиры	углеводы		
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	90	14,54	13,14	3,96	192,6	
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,2	38,1	213,5	
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	85	2	2	7	115	
54-1хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	22,70	93,20	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	
	Итого:	571	23,89	20,80	93,42	718,40	