



23.01.2025

4 четверг
7-11 лет

день:
возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
54-16к-2020	Каша "Дружба" ✓	200	5	5,8	24,1	168,9
	Фрукт (банан)***	1	1,5	0,5	21	240,3
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром ✓	200	0,20	0,10	6,60	27,90
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:	447	9,85	6,86	73,36	541,2