



28.12.2024

суббота

1

день:

неделя:

возрастная категория:

сезон:

7-11 лет

осенне-зимний

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-12м-2020	Плов с говядиной	240	27,3	8,1	33,2	314,6
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	41,44
	Фрукт (банан)***	240	1,5	0,5	21	240,3
	Итого:	726	32,15	9,06	82,36	693,64