



28.04.2025

1 понедельник

1

день:

неделя:

7-11 лет

возрастная категория:

сезон:

осенне-зимний

Осепсе-зимний						
№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,9
54-6о-2020	Яйцо вареное	60	4,8	4	0,3	56,6
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	16	1,70	0,30	8,40	33,60
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	40	0,60	0,10	3,05	15,65
Итого:		506	17,67	15,90	63,99	460,40