



день:

возрастная категория:

5 пятница

7-11 лет

04.03.2022г.

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-12м-2020	Плов с курицей	250	23,7	1,8	0,4	314,6
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	50	2,55	3,39	20,91	124,35
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор, огурец)	50/50	0,7	0,1	2,3	12,8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
Пром.	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,6
Пром.	Фрукт (яблоко)***	100	0,50	0,50	11,80	53,30
	Итого:	550,00	34,70	10,05	57,67	662,55