



день:

возрастная категория:

5 пятница 04.03.2022г.  
7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>						
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
	<b>Итого:</b>	<b>550,00</b>	<b>34,70</b>	<b>10,05</b>	<b>57,67</b>	<b>662,55</b>