



день:  
неделя:  
возрастная категория:  
сезон:

1 понедельник 08.12.2021  
1  
7-11 лет  
осенне-зимний

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
<b>Завтрак</b>						
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	100	0,6	0	1,5	8,4
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-29м-2020	Фрикадельки из говядины	110	12,26	10,91	5,96	172,24
54-1соус-2020	Соус сметанный	60	0,9	5,04	2,04	57,12
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Конфеты шоколадные	100	2,55	3,39	20,91	124,35
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60
	<b>Итого:</b>	<b>766</b>	<b>31,56</b>	<b>29,00</b>	<b>99,17</b>	<b>785,91</b>