



3 среда 10.11.2021  
7-11 лет

возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-6з-2020	Салат из белокачанной капусты с помидорами и огурцами	60	1,30	6,50	2,50	73,80
54-21м-2020	Курица отварная	110	28,91	2,14	1,01	139,28
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,10	5,30	19,80	139,40
54-7хн-2020	Компот из смеси из сухофруктов	200	0,60	0,00	22,70	93,20
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,60
	Итого:	570	37,06	14,40	67,67	549,78