



день:

4 четверг 13.01.2022

возрастная категория:

7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-3з-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-1г-2020	Макаронны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202
54-6м-2020	Биточек из говядины	90	16,44	15,72	14,9	265,6
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,10	6,60	27,90
Пром.	Конфеты шоколадные	50	2,55	3,39	20,91	124,35
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
Пром.	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,60
	Итого:	600	28,34	25,27	99,07	736,75