



12 суббота
7-11 лет

18.12.2021

Возрастная категория:

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-9к-2020	Каша вязкая молочная овсяная	100	4,3	5,6	17,1	136,4
54-4м-2020	Котлеты из говядины	110	18,26	18,13	16,26	362,13
Пром.	Джем фруктовый	10	0,1	0	7,2	29
Пром.	Фрукт (банан)	1шт	0,4	0,4	9,8	47
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86
Пром.	Конфеты ассорти	100	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	33,6
	Итого:	570	32,66	30,88	104,13	888,98