



7 понедельник 29.11.2021  
 2  
 7-11 лет  
 осенне-зимний

неделя:  
 возрастная категория:  
 сезон:

№ рецептуры	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	100	0,60	0,00	1,50	8,40
54-25м-2020	Мясо тушеное с морковью	150	14,10	6,30	4,40	131,30
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,60	5,20	38,10	213,50
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	100	2,55	3,39	20,91	124,35
Пром.	Хлеб пшеничный	20	2,37	0,30	11,41	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,60
	Итого:	760	28,60	19,65	98,97	688,35