



день
возрастная категория:

9 среда
7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	13,58
54-21м-2020	Курица отварная	90	28,91	2,14	1,01	139,28	32,15
54-6з-2020	Салат из белокачанной капусты с огурцами	60	1,30	6,50	2,50	73,80	11,13
54-7хн-2020	Компот из смеси из сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2	6,03
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,38
Пром.	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,6	0,92
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,55	3,39	20,91	124,35	7,5
	Итого:	580	41,01	17,99	95,28	708,43	72,69