



день:  
возрастная категория:

6 суббота  
7-11 лет

19.03.2022г.

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
54-4м-2020	Котлеты из говядины	120	18,26	18,13	16,26	362,13
54-19г-2020	Капуста белокочанная тушеная	200	2,90	26,50	8,10	283,00
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80
54-2з-2020	Овощи в нарезке (огурец/помидор)	100	0,60	0,00	1,50	8,40
Пром.	Фрукт (банан)	1шт	0,50	0,50	11,80	53,30
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,37	0,30	14,49	70,50
Пром.	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,60
	<b>Итого:</b>	<b>690</b>	<b>25,61</b>	<b>45,59</b>	<b>65,82</b>	<b>837,73</b>