



день:  
возрастная категория:

9 среда 23.03.2022г.  
7-11 лет

№ рец.						
	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	200	4,5	5,5	26,5	173,7
230	Рыба запеченная	100	16,16	14,6	4,4	214,00
54-7хн-2020	Компот из смеси из сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,37	0,3	14,49	70,5
Пром.	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,6
Пром.	Фрукт (яблоко)***	1шт	0,4	0,4	9,8	47
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	50	2,55	3,39	20,91	124,35
	Итого:	620	27,36	24,35	105,97	756,35