



МКОУ «СОШ»  
с.п. Нижний Черем

день:  
возрастная категория:

5 пятница 29.04.2022г.  
7-11 лет

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-12м-2020	Плов с курицей	200	23,7	1,8	0,4	314,6	39
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	13,03
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.	Фрукт (яблоко)***	1шт	0,50	0,50	11,80	53,30	8,00
	<b>Итого:</b>	<b>450,00</b>	<b>31,45</b>	<b>6,56</b>	<b>34,46</b>	<b>525,40</b>	<b>62,33</b>