



день
возрастная категория:

10 четверг
7-11 лет

19.05.2022.

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
Завтрак							
54-3з-2020	Овощи в нарезке (огурец)	60	0,70	0,10	2,30	12,80	12,00
54-2м-2020	Гуляш из говядины	90	15,19	15,19	3,49	212,50	59,27
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,30	4,90	32,80	196,80	9,44
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,10	6,60	27,90	2,62
Пром.	Печенье	50	2,40	5,70	19,50	138,00	9,25
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,38
Пром.	Хлеб ржаной	20	0,78	0,16	7,17	33,60	0,92
	Итого:	600	26,94	26,45	86,35	692,10	94,88