

день:
возрастная категория:

01.10.2022 г.

12 суббота
7-11 лет



№ реч.	наименование блюда	Завтрак					энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
		масса порции	белки	жиры	углеводы			
54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	80	1	7,1	5,4		89,5	
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	200	15,2	15,4	38,6		354,4	
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6		27,9	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49		70,5	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17		33,6	
	Итого:	526	19,55	23,06	72,26		575,9	