

день: 09.11.2020

4 четверг

7-11 лет

возрастная категория:

Сосиски М.Н.

№ рец.	наименование блюда	масса порции	Завтрак				энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
			белки	жиры	углеводы			
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	60	1,2	0,2	6,1	32,5	15	
54-3р-2020	Котлета рыбная (минтай)	115	12,9	6,21	11,27	150	33,36	
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,2	38,1	213,5	9,15	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	1,88	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	1,55	
Пром.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	1,3	
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	40	3,03	4,25	20,6	102,89	12	
	<b>Итого:</b>	<b>620</b>	<b>25</b>	<b>16,46</b>	<b>105,46</b>	<b>638,89</b>	<b>74,24</b>	

Ю.Н.А.0232

день: 5 пятница  
возрастная категория: 7-11 лет  
возрастная категория: 7-11 лет



С.П. Хулино-Сарт

№ рец.	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,30	8,10	7,80	108,70	3,13
54-12м-2020	Плов с курицей	240	30,30	10,90	36,20	330,60	38,19
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,60	4,30	12,40	106,70	11,37
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	1,55
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	6,70	34,20	1
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>39,87</b>	<b>23,80</b>	<b>77,59</b>	<b>650,70</b>	<b>55,24</b>