



19.10.2023

четверг

для учащихся 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
71	Свекла отварная	60	0,85	3,61	4,96	55,68
Н	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,10	69,0
349	Кисель из кураги (с добавлением витамина С)	180	0,80	0,05	29,48	139,14
302	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,73	4,06	25,76	302,00
279/331	Тефтели в сметанном соусе	110	6,96	16,11	11,61	223,00
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>500,00</b>	<b>21,26</b>	<b>29,97</b>	<b>85,91</b>	<b>860,82</b>