



23.10.2023г.

Понедельник

для учащихся 7-11 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
70	Овощи соленые	60	0,42	0,06	1,14	7,20
260	Гуляш	100	10,64	28,16	2,89	309,00
312	Каша пшеничная	150	4,21	3,00	25,90	147,20
Н	Хлеб пшеничный	40	3,040	0,32	18,80	69,00
389	Напиток с витамином с	180	0,60	0,08	28,81	92,00
15	Сыр порциями	20	4,64	5,90	0,00	72,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	500,00	23,55	37,55	77,54	746,92