Меню на *29 апреля 2022г*.

 

день: 11 пятница

возрастная категория 7-11 лет

|  |  |
| --- | --- |
|  **№ рецепта** |  |
| **наименование блюда** | **масса****порции** | **белки**  | **жиры**  | **углеводы** |  **энергетическая ценность, ккал** | **стоим.** |
| **Завтрак** |
| 54-9к-2020 | Каша вязкая молочная овсяная | 154 | 4,3 | 5,6 | 17,1 | 136,4 |  |
| 54-1т-2020 | Запеканка из творога  | 100 | 14,8 | 5,3 | 10,8 | 150,6 |  |
| 54-23гн-2020 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,9 | 2,9 | 11,2 | 86 |  |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,5 |  |
| Пром. | Хлеб ржаной | 16 | 0,78 | 0,16 | 7,17 | 33,6 |  |
|  |  | **500** | **26,15** | **14,26** | **60,76** | **477,1** |  |