Меню на *08 сентября 2022г*.



день: 5 четверг

возрастная категория: 7-11 лет

сезон : осеннее- зимнее

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ рец.** |  |   |
|
| **наименование блюда** | **масса порции** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **энергетическая ценность, ккал** | стоим. |
| **Завтрак** |   |
| 54-2м-2020 | Гуляш из говядины | 80 | 13,50 | 13,50 | 3,10 | 188,90 | 81,70 |
| 54-12г-2020 | Каша пшенная рассыпчатая | 150 | 6,30 | 7,10 | 35,50 | 231,60 | 6,50 |
| 54-2гн-2020 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,80 | 2,12 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,50 | 1,29 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 20 | 1,30 | 0,20 | 6,70 | 34,20 | 0,69 |
| Пром. | Конфеты мармелад фруктовый | 30 | 2,55 | 3,39 | 20,91 | 124,35 | 7,50 |
|  | **Итого:** | **510** | **26,22** | **24,49** | **87,20** | **676,35** | **99,80** |