 05.12..2023

Вторник

для учащихся 7-11 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рец.** | **Прием пищи, наименование блюда** | **Масса порции, г** | **Пищевые вещества, г** | | | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **белки** | **жиры** | **углеводы** |
| 1 | Бутерброд с маслом | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,89 | 136 |
| 218 | Вареники ленивые отварные | 165 | 23,37 | 16,77 | 21,73 | 331,57 |
| 507 | Напиток с витаминами "Витошка" | 180 | 0 | 0 | 19 | 80 |
| 338 | Фрукты | 115 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 1 | Бутерброд с маслом | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,89 | 136 |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** | **500** | **26,13** | **24,66** | **65,42** | **594,57** |