

ДЕНЬ: среда

НЕДЕЛЯ : вторая

СЕЗОН :

Возрастная категория : с 6 до 11 лет

№ реп	прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые в-ва(г)			эн ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные в-ва (мг)				
			Б	Ж	У		В ₁	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
	ЗАВТРАК													
267	птица тушеная	100	15,7	9,4	3,3	169,00	0,06	4	20	27	106	25	0,9	
290	макаронные изделия отварные	150	5,52	5,29	35,32	211,09	0,06	0	0	12	34,5	7,5	0,75	
351	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,36	0	29,02	116,19	0	4,4	0	22	18	6	0,2	
ГП	хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,46	57,31	0,05	0	0	7,2	26,4	10,2	0,6	
ГП	хлеб ржано-пшеничный	15	0,84	0,18	47,28	28,5	0,01	0	0	3,6	15,9	3,6	0,48	
	итого за завтрак		25,82	15,17	129,4	582,09	0,18	8,4	20	71,8	200,8	52,3	2,93	
	ОБЕД													
68	борщ из консервированных овощей	250	1,9	6,66	10,81	111,11	0,05	10,8	0	58	200	30	1,3	
239	сосиски отварные	70	6,62	16,04	1,57	179,72	0,13	0	0	24,5	111,3	14	1,26	
276	каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8	0,12	0	0	18	108	73,5	2,4	
365	соковая продукция	200	1	0,2	0	36	0,02	4	0	14	14	8	2,8	
382-386	фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	0,06	20	0	16	22	18	4,4	
ГП	хлеб пшеничный	45	27,54	39,24	21,69	104,85	0,07	0	0	10,8	39,6	15,3	0,9	
ГП	хлеб ржано-пшеничный	25	1,4	0,3	12,35	47,5	0,03	0	0	6	26,5	6	0,8	
	итого за обед		47,99	68,67	111	836,98	0,48	34,8	0	147,3	521,4	164,8	13,86	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		73,81	83,84	240,4	1419,07	0,66	43,2	20	219,1	722,2	217,1	16,79	