


День: Вторник
 Неделя: Первая
 Возрастная категория: 7-11 лет

Утверждаю *гг-мм-сс*



№ реч	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	Завтрак													
54-20с	суп рыбный	200	8	14	17	204	0,08		0,27		3,75	5,5	5,0	0,05
пром	хлеб	50	2	1	19	92	35,5			0,2	260	103	25	3,59
54-22хн	кисель	200	0	0	13	57						1,76	0,96	0,09
пром	блинчики	30	5	2	3	55	1,5	9,13		1	115,3	127	41	0,9
пром	фрукты	100	2		17	83		7			17		18	3
	Итого	580	17	17	73	491	37,08	16,13	0,27	1,2	396,0	237,2	89,96	7,63
										2	5	6		