

[illegible]

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неселя 4							
День 1							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	5,6	0,36	62,84	776
	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (груша, сахар-песок, молоко, сахар-песок, соль-йод., слив. слив.)	100г 100	7,59	8,49	32,49	236,72	8884
	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт.	1,37	0,98	0,88	35,82	
	Какао-напиток (молоко порошковое, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	4,82	1,67	13,22	75,19	1986
	Хлеб пшеничный йодированный	35	3,63	0,35	17,85	85,05	
	Фруктовый десерт	100г	0,6	0,2	19	80,2	
Итого за завтрак:		577	19,09	18,29	83,72	575,82	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт.	5,08	4,6	0,28	62,84	776
	Каша молочная овсяная Геркулес с маслом (груша, сахар-песок, молоко, сахар-песок, соль-йод., слив. слив.)	100г 7	7,47	8,36	32	233,17	8884
	Сыр в индивидуальной упаковке	1 шт.	1,37	0,98	0,88	35,82	
	Какао-напиток (молоко порошковое, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	4,82	1,67	13,22	75,19	1986
	Бутерброд с маслом (масло слив., хлеб пшени.)	40	2,46	6,13	16,43	130,74	
	Фруктовый десерт	100г	0,6	0,2	19	80,2	
Итого за завтрак:		611	18,8	23,94	81,81	617,96	
Возрастная категория: 7-11 лет							