

День: 4- четверг. Неделя первая

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|---------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                 |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 182    | Каша жидкая молочная рисовая    | 200          | 8,20             | 12,00 | 37,00 | 289,00                         |
| 3      | Хлеб с маслом сливочным и сыром | 50           | 5,80             | 8,30  | 14,80 | 172,00                         |
| БН     | Кондитерские изделия            | 30           | 2,03             | 2,25  | 21,60 | 115,50                         |
| 338    | Фрукты свежие                   | 100          | 0,40             | 0,40  | 9,80  | 47,00                          |
|        | Чай с сахаром                   | 180          | 0,06             | 0,02  | 12,60 | 50,20                          |
|        | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:               | 560          | 16,49            | 22,97 | 95,80 | 673,70                         |

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|--------------------------------|--------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                |              | Б                | Ж     | У     |                                |
| 71     | Овощи свежие                   | 60           | 0,54             | 0,09  | 1,72  | 10,26                          |
| 96     | Рассольник ленинградский       | 200          | 1,75             | 4,82  | 9,76  | 96,3                           |
| 290    | Птица запеченная с соусом      | 90           | 9,75             | 7,96  | 2,13  | 119,02                         |
| 128    | Пюре картофельное              | 150          | 3,36             | 7,36  | 28    | 192                            |
| БН     | Хлеб пшеничный                 | 30           | 2,37             | 0,3   | 14,49 | 70,14                          |
| БН     | Хлеб ржаной                    | 30           | 1,38             | 0,24  | 8,48  | 42,8                           |
| 349    | Компот из сухофруктов          | 200          | 0,66             | 0,09  | 32,04 | 132,8                          |
|        | ИТОГО ЗА ОБЕД:                 | 760          | 19,81            | 20,86 | 96,62 | 663,32                         |