

| № рецептуры | День 9. Наименование блюда. Возраст 6.6-10 лет.2 неделя. | Масса порций | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | Витамины | | | | | | Минеральные вещества | | | | | | |
|-------------|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|--------------|----------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | С | А | F | D | B2 | Ca | P | I | K | Se | Mg | Fe |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 209/2015 | Яйца вареные | 48 | 5.08 | 4.6 | 0.28 | 62.84 | 0.03 | 0 | 100 | 0 | 0.8 | 0.18 | 32 | 76.8 | 0 | 56 | 0 | 4.8 | 1 |
| 302/2004 | Каша вязкая овсяная молочная | 230 | 8.95 | 9.1 | 55.2 | 344.5 | 0.18 | 0.69 | 30 | 0.18 | 1 | 0 | 31 | 53 | 0.005 | 104 | 0 | 32.8 | 1 |
| 15/2015 | Сыр твердый (порциями) | 15 | 3.07 | 3.87 | 0 | 47.17 | 0.005 | 0.1 | 39 | 0.06 | 0.03 | 0.045 | 112 | 67.5 | 0 | 13.2 | 0 | 5.25 | 0.15 |
| 685/2004 | Чай с сахаром | 200 | 0.4 | 0.02 | 17 | 69.78 | 0.02 | 0.8 | 20 | 0 | 0 | 0.16 | 126 | 90 | 0.01 | 16 | 0 | 12 | 0.13 |
| гост | Хлеб пшеничный. | 20 | 1.77 | 0.16 | 9.84 | 47.88 | 0.035 | 0 | 0 | 0 | 0.3 | 0 | 4.6 | 17.4 | 0.01 | 34.89 | 0 | 6.6 | 0.4 |
| | Итого за завтрак | 513 | 19.27 | 17.75 | 82.32 | 572.17 | 0.27 | 1.59 | 189 | 0.24 | 2.13 | 0.385 | 305 | 304.7 | 0.025 | 224.1 | 0 | 61.45 | 2.68 |
| | Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 143/2004 | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 250 | 5.86 | 6.18 | 23.7 | 173.86 | 0.1 | 11.6 | 20 | 0.5 | 0.5 | 0 | 62.2 | 104.1 | 0.015 | 82 | 0 | 19.3 | 0.07 |
| 658/1983 | Шницель (мясной) с соусом | 90 | 11.6 | 14 | 15.56 | 234.62 | 0.19 | 0.1 | 20 | 0 | 0.98 | 0.02 | 98.1 | 37.15 | 0.001 | 4 | 0 | 16.7 | 0.53 |
| 510/2004 | Каша вязкая пшеничная | 150 | 7.5 | 8.6 | 49.1 | 303.8 | 0.1 | 0.08 | 20 | 0.3 | 1 | 0.2 | 173 | 167 | 0 | 56 | 0 | 12 | 0.7 |
| 686/2004 | Чай с лимоном | 210 | 0.5 | 0 | 15.3 | 63 | 0.06 | 11.3 | 0.2 | 0.4 | 0.1 | 0.11 | 2.4 | 0 | 0 | 25 | 0 | 0.8 | 0.2 |
| гост | Хлеб ржаной. | 20 | 1.32 | 0.24 | 7.92 | 39.12 | 0.035 | 0 | 0 | 0.35 | 0.04 | 0 | 5.8 | 30 | 0 | 2 | 0 | 9.6 | 0.5 |
| | Итого за обед | 720 | 26.78 | 29.02 | 111.6 | 814.4 | 0.485 | 23.08 | 60.2 | 1.55 | 2.62 | 0.33 | 342 | 338.3 | 0.016 | 169 | 0 | 58.4 | 2 |
| | Всего за день | | 46.05 | 46.77 | 193.9 | 1386.6 | 0.755 | 24.67 | 249.2 | 1.79 | 4.75 | 0.715 | 647 | 643 | 0.041 | 393.1 | 0 | 119.9 | 4.68 |