День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	завтр7-11													
302	Каша ячневая молочная	200	6	4	27	172								
684	Чай с сахаром	200			14	56								
1	Бутерброд с маслом	40/10	3	18	14	230					26			2
0	Йогурт 2,5% (в промышленной упаковке)	100	3	3	4	59		1			244			
0	Груша	100			9	38		5			19			2
	обед7-11													
43	Салат из капусты белокочанной	80	1	4	7	70								
132	Рассольник ленинградский на мясном	250/10	2	3	17	104		17	244		18	70	26	1
374.01	Рыба тушеная в томате с овощами	80												
520	Пюре картофельное	150	4	2	31	160	1	37	6		21	106	43	2
639	Компот из смеси сухофруктов	200	1		31	124								
0	Хлеб пшеничный/ржаной	20/40	5		30	142					12			1
0	Мини рулет бисквитный (в	75	2	2	30	138								