День: четверг

Неделя: первая

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 рисовая на молоке	200	9	11	45	235								
686	Чай с лимоном	200			14	56								
2	Будерброд с повидлом	40/8/10												
0	Йогурт 2,5% (в промышленной упаковке)	100	3	3	4	59		1			244			
0	Апельсин	100	1		8	43								
	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
489	Рагу овощьное с курицей	200	13	10	19	222								
648	Кисель	200			15	59					16			
0	Хлеб пшеничный/ржаной	20/40	5		30	142					12			1
0	Мини рулет бисквитный (в	75	2	2	30	138								