День: понедельник

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													
362	Пудинг из творога запеканый со	150	21	17	34	372								
692	Кофейный напиток	200	2	2	24	120					12			1
2	Будерброд с повидлом	40/8/10												
0	Йогурт 2,5% (в промышленной упаковке)	100	3	3	4	59		1			244			
0	Банан	100	1		15	62								
	обед7-11													
89	Сельдь с луком	80	5	8	3	108								
139	Суп картофельный с бобовыми	250	5	5	16	129		10	177		24	68	28	2
437	Гуляш из говядины	80	7	13	4	148					10			1
520	Пюре картофельное	150	4	2	31	160	1	37	6		21	106	43	2
648	Кисель	200			15	59					16			
0	Хлеб пшеничный/ржаной	20/40	5		30	142					12			1
0	Батончик шоколадный	75												