

День: 1 (Понедельник) – 1 неделя

УТВЕРЖДАЮ:

Возрастная категория: Дети с 6,6 и старше

Директор МКОУ «Хелетуринская СОШ» \_\_\_\_\_ Р.Г.Нажмуудинова

№ рецепта	Наименование блюда	Масса	Пищевая ценность				Энерг. ценность	Витамины, мг.					Минеральные вещества, мг.			
			Б	Ж	У	С		В1	А	С	Ca	P	Mg	Fe		
	Завтрак	Гр. Шт. Мл.	Б	Ж	У	С <td>В1</td> <td>А</td> <td>С</td> <td>Ca</td> <td>P</td> <td>Mg</td> <td>Fe</td>	В1	А	С	Ca	P	Mg	Fe			
<b>1 день</b>																
304/2007	Рис отварной	100	6,82	9,54	39,00	198,47	0,39	0,09	0,0	93,84	261,39	76,81	2,39			
12/ 2010	Салат из кукурузы (консервированный.)	100	2,88	5,18	6,04	99,30	0,10	0,0	9,30	18,66	5,78	19,53	0,66			
209/2011	Яйцо отварное	1шт.	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0,1	0	22,0	76,8	4,8	1			
3/2004	Хлеб пшеничный	60	3,74	1,34	25,10	128,70	5,6	0	0,08	1,46	0	2	3,2			
399/2011	Сок яблочный: (Амбре)	200	0,5	0,0	12,00	45,00	0	0	4	40	20	20	0,4			
368/2012	Банан	90	1,5	0,5	21	91	0,04	0	10	8	28	42	0,02			
	<b>ИТОГО</b>		<b>20,54</b>	<b>21,16</b>	<b>99,44</b>	<b>625,47</b>										