

Директор МРБУ СМН с. Тбилисский
 А.Ю. Ламисов
 02.10.2020

День: Неделя 1, пятница Сезон: Осенне-зимний. Возраст 7-11

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мд	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
завтрак														
506,00	Тефтели из говядины	80	8,76	10,8	8,98	168,21	0,05	2,16	16,14	1,21	28,9	91,8	14,71	1,35
465,06	Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	4,35	4,1	25,53	156,43	0,11		22,50	0,73	19,1	99,4	22,68	1,68
285	Чай с лимоном и сахаром*	200/7/10	0,07	0	10,05	39,97	0	3,99	0,14	0,01	0,3	1,54	0	0,03
1,1	Хлеб пшеничный, ржаной обогащенный витаминами (для детского питания)	40	2,28	0,24	14,76	71	0,03	0	0	0,33	6	20	4,2	0,33
476,01	Кисломолочный продукт витаминизированный для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6	0	0	119	0	14	0,1
Итого за завтрак			18,66	18,34	63,82	497,11	0,22	6,75	38,78	2,28	173,34	212,24	55,59	3,49
обед														