



Неделя 2
День 2

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность
		7-11 лет	
Завтрак	Молоко	200	116,0
	Мед	10	30,8
	Булочка «Ромашка»	50	127,0
Итого			273,8
Завтрак горячий	Мясо тушеное с овощами	75	237,0
	Макароны отварные	150	218,9
	Кисель	200	80,0
	Хлеб	30	65,15
Итого			601,06
Обед	Уха-рыбацкая	250	241,8
	Птица тушеная в соусе	75	301,2
	Капуста тушеная	150	295,5
	Напиток из свежих фруктов	200	184,0
	Хлеб	60	130,3
Итого			1125,8
Итого за день			2000,66