



Неделя 2
День 4

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность
		7-11 лет	
Завтрак	Молоко	200	116,0
	Мед	10	30,8
	Вафли	30	114,0
Итого			260,,8
Завтрак горячий	Винегрет овощной	150	135,6
	Куры тушеные	75	301,2
	Чай	200	200,0
	Хлеб	30	65,15
	Яблоко	200	184,0
Итого			705,75
Обед	Рассольник	250	557,5
	Каша рисовая рассыпчатая	150	559,3
	Котлета домашняя	75	489
	Хлеб	60	130,3
	Кофейный напиток	200	175,0
Итого			1911,1
Итого за день			2877,65