



Неделя 1
День 5

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность
		7-11 лет	
Завтрак	Молоко	200	116,0
	Мед	10	30,8
	Печенье	30	63,77
Итого			210,57
Завтрак горячий	Плов	200	367,8
	Салат из соленых огурцов	70	11,0
	Кофейный напиток	200	18,0
	Бананы	230	117,0
	Хлеб	30	65,15
	Итого		
Обед	Рассольник	250	557,5
	Омлет с сыром	105	354,0
	Котлета домашняя	75	489,0
	Хлеб	60	130,3
	Компот из сухофруктов	200	184,0
Итого			1714,8
Итого за день			2667,32