

город Белгород

День: первый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 3.15	Сок в индивидуальной упаковке	200	1	0,2	20,2	86,6	0	0,02	4	0,2	1,4	8	14	2,8
	Итого		1,00	0,20	20,20	86,60	0,00	0,02	4,00	0,20	1,40	8,00	14,00	2,80

город Белгород

День: второй

Неделя: первая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 3.26	Горячий бутерброд с сыром	20 /30	6,61	6,07	15,42	142,75	31,2	0,01	0,06	0,61	160,58	9,99	106,5	0,53
	Итого		6,61	6,07	15,42	142,75	31,2	0,01	0,06	0,61	160,58	9,99	106,5	0,53

город Белгород

День: третий

Неделя: первая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 3.5	Масло порциями сливочное	10	0,08	6,38	0,12	58,22	27	0,001	0	0,1	2,12	0	2,61	0,0017
	Итого		0,08	6,38	0,12	58,22	27	0,001	0	0,1	2,12	0	2,61	0,0017

город Белгород

День: четвертый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 3.10	Сыр порциями	20	4,36	5,2	0	64,24	31,2	0,006	0,056	0,1	154,88	6,09	87	0,174
	Итого		4,36	5,2	0	64,24	31,2	0,006	0,056	0,1	154,88	6,09	87	0,174

город Белгород

День: пятый

Неделя: первая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 3.6	Оладьи со гущеным молоком	40 /10	2,2	2,9	11,9	82,3	7,3	0,0	0,0	0,7	23,8	10,9	46,5	0,4
	Итого		2,2	2,9	11,9	82,3	7,3	0,0	0,0	0,7	23,8	10,9	46,5	0,4

город Белгород

День: шестой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 8.12	Какао с молоком	200	3,9	3,1	16,3	108,7	16,3	0,0	0,6	0,0	130,6	25,0	111,7	0,7
	Итого		3,9	3,1	16,3	108,7	16,3	0,0	0,6	0,0	130,6	25,0	111,7	0,7

город Белгород

День: седьмой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 3.11	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	8,9	40,8	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9
	Итого		0,4	0,4	8,9	40,8	3,0	0,0	4,0	0,2	14,1	7,8	9,6	1,9

город Белгород

День: восьмой

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 3.10	Сыр порциями	20	4,36	5,20	0,00	64,24	31,20	0,01	0,06	0,10	154,88	6,09	87,00	0,17
	Итого		4,36	5,20	0,00	64,24	31,20	0,01	0,06	0,10	154,88	6,09	87,00	0,17

город Белгород

День: девятый

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 3.26	Горячий бутерброд с сыром	20 /30	6,61	6,07	15,42	142,75	31,2	0,01	0,06	0,61	160,58	9,99	106,5	0,53
	Итого		6,61	6,07	15,42	142,75	31,2	0,01	0,06	0,61	160,58	9,99	106,5	0,53

город Белгород

День: десятый

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность, (ккал)	Витамины, (мг)				Минеральные вещества, (мг)			
			Б	Ж	У		А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Дополнительный Завтрак														
ТТК 3.15	Сок в индивидуальной упаковке	200	1,0	0,2	20,2	86,6	0,0	0,0	4,0	0,2	1,4	8,0	14,0	2,8
	Итого		1,0	0,2	20,2	86,6	0,0	0,0	4,0	0,2	1,4	8,0	14,0	2,8