6 день

| Сборник рецептур | № технологической | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции 11-17 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины | | | | Минеральные | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | B1, мг | C, мг | A, мг | E, мг | Ca, мг | Mg, мг | P, мг | Fe, мг |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 328 | КАША ВЯЗКАЯ ДРУЖБА | 250 | 10,7 | 20,2 | 60,5 | 467,6 | 0,1 | 1,7 | 0,2 | 0,8 | 252,2 | 58,5 | 293,9 | 2,0 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,8 | 3,0 | 24,5 | 141,1 | 0,0 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 111,5 | 27,5 | 95,6 | 0,9 |
| 2008 | 14 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 3,5 | 4,5 | 0,0 | 54,5 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 0,1 | 132,0 | 5,5 | 75,0 | 0,2 |
| 2008 | 13 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 0,2 | 12,5 | 0,2 | 112,5 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 0,2 | 1,5 | 0,0 | 3,0 | 0,0 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 1,0 | 11,5 | 16,5 | 42,0 | 1,0 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,9 | 24,0 | 12,0 | 16,5 | 3,3 |
| **Итого за прием пищи:** | | | | **22,6** | **41,1** | **125,0** | **964,6** | **0,2** | **17,2** | **0,4** | **3,0** | **532,7** | **120,0** | **526,0** | **7,4** |
| **Всего за день:** | | | | **22,6** | **41,1** | **125,0** | **964,6** | **0,2** | **17,2** | **0,4** | **3,0** | **532,7** | **120,0** | **526,0** | **7,4** |
| **Сбалансированность:** | | | | **1** | **1,8** | **6,6** | | | | | | | | | |