Утверждаю
Директор МБОУ
Лопки-Ворцынская ООШ
_____ Т.О. Васильева

Неделя: первая
Сезон: весна-лето
День 2: вторник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
		2 день				
	Завтрак					
№ 112-2008	Омлет натуральный	150	20	33,4	3,8	398,0
№ 6-2013	Сыр порциями	20	4,65	5,9	0	72,0
№ 261 - 2013	Кофейный напиток	200	0,06	0,0	9,32	37,4
	Хлеб пшеничный	40	3,07	1,2	20,53	104,8
	Банан свежий	100	1,5	0,5	21	96,0
	Итого завтрак	**510**	**29,28**	**40,539**	**54,65**	**612,2**
	Обед					
№34 - 2013	Салат из свеклы отварной	60	1,5	6,09	8,36	94,0
№471-2008	Суп щи из свежей капусты с картофелем	200	2,00	4,3	10	88,0
№ 171 - 2013	Суфле из рыбы	90	15,8	9,1	4,1	161,2
№ 92 - 2008	Картофельное пюре	150	3,78	8,1	26,28	196,2
№ 251-2013	Компот из яблок	200	0,16	0,16	23,88	96,0
	Хлеб ржано-пшеничный	40	4,3	0,6	27,6	132,6
	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,4
	Итого обед	**780**	**29,8**	**28,6**	**114,8**	**839,4**
	Всего за день	**1290**	**59,07**	**69,13**	**169,45**	**1451,60**