

| Пищевая ценность ЗАВТРАК 1-4 кл. |                              | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая ценность | Витамины |      |       |        |      | Минеральные вещества |             |             |             |           |          |
|----------------------------------|------------------------------|------------------|-------|-------|-------------------------|----------|------|-------|--------|------|----------------------|-------------|-------------|-------------|-----------|----------|
|                                  |                              | Б                | Ж     | У     |                         | В1       | В2   | С     | А      | Е    | Кальций (мг)         | Фосфор (мг) | Магний (мг) | Железо (мг) | Цинк (мг) | Йод (мг) |
| 1 день Понедельник               |                              |                  |       |       |                         |          |      |       |        |      |                      |             |             |             |           |          |
| 467/2006                         | Пудинг запаренный из творога | 150              | 25,02 | 17,28 | 36,18                   | 400,32   | 0,11 | 0,36  | 108,00 | 1,44 | 234,00               | 338,40      | 39,60       | 1,62        |           |          |
| III                              | Сухое молоко                 | 15               | 0,12  | 0,00  | 15,76                   | 63,34    | 0,00 | 0,07  | 0,36   | 0,00 | 0,00                 | 8,98        | 7,40        | 2,90        | 0,08      | 0,01     |
| 949/2006                         | Кефир с молоком              | 200              | 0,06  | 0,02  | 10,40                   | 35,50    | 0,00 | 0,03  | 0,00   | 0,00 | 11,10                | 2,80        | 1,40        | 12,10       |           | 0,00     |
| III                              | Хлеб пшеничный               | 25               | 1,69  | 0,22  | 12,54                   | 58,84    | 0,03 | 0,00  | 0,00   | 0,28 | 5,00                 | 16,25       | 3,50        | 0,28        |           |          |
| 41/2006                          | Сыр твердых сортов           | 10               | 2,90  | 3,69  | 0,00                    | 44,79    | 0,01 | 0,01  | 32,50  | 0,01 | 110,00               | 62,50       | 4,38        | 0,13        |           |          |
|                                  | Молоко свежее                | 120              | 0,48  | 0,48  | 11,76                   | 53,28    | 0,03 | 12,00 | 0,00   | 0,24 | 19,20                | 13,20       | 10,80       | 2,64        |           |          |
| Итого:                           |                              | 30,15            | 21,69 | 70,88 |                         | 592,73   | 0,18 | 12,40 | 140,50 | 1,97 | 379,30               | 433,15      | 59,68       | 16,77       |           |          |

| Пищевая ценность ЗАВТРАК 1-4 кл. |                                |     |       |       |       |        |      |       |       |       |       |        |        |       |  |  |
|----------------------------------|--------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|--|--|
| 2 день Вторник                   |                                |     |       |       |       |        |      |       |       |       |       |        |        |       |  |  |
| III                              | Мед какаовая                   | 60  | 0,79  | 0,14  | 2,74  | 15,40  | 0,05 | 12,60 | 0,00  | 0,50  | 10,08 | 18,72  | 14,40  | 0,65  |  |  |
| 418/2006                         | Омлет картофельный             | 150 | 2,67  | 5,24  | 18,54 | 132,00 | 0,15 | 19,11 | 0,08  | 0,00  | 18,10 | 73,90  | 26,92  | 1,08  |  |  |
| 944/2006                         | Фруктовый чай                  | 200 | 0,60  | 0,40  | 10,40 | 47,60  | 0,02 | 3,40  | 0,00  | 0,40  | 21,20 | 22,60  | 14,60  | 3,20  |  |  |
| III                              | Хлеб ржано-пшеничный           | 25  | 1,66  | 0,30  | 10,46 | 51,20  | 0,13 | 0,18  | 0,00  | 0,13  | 31,94 | 54,69  | 17,50  | 1,23  |  |  |
| III                              | Хлеб пшеничный                 | 25  | 1,69  | 0,22  | 12,54 | 58,84  | 0,03 | 0,00  | 0,00  | 0,28  | 5,00  | 16,25  | 3,50   | 0,28  |  |  |
| III                              | Кондитерское изделие (печенье) | 15  | 1,68  | 1,89  | 18,02 | 95,75  | 0,04 | 0,02  | 0,00  | 10,00 | 0,00  | 4,94   | 18,74  | 6,95  |  |  |
| Итого                            |                                |     | 13,09 | 13,19 | 78,70 | 407,79 | 8,42 | 44,31 | 10,08 | 22,31 | 98,32 | 204,10 | 109,66 | 28,39 |  |  |

| Пищевая ценность ЗАВТРАК 1-4 кл. |   |     |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |        |      |      |      |      |
|----------------------------------|---|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|------|--------|--------|--------|------|------|------|------|
| 3 день Среда                     |   |     |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |        |      |      |      |      |
|                                  | Омлетная нарезка по сезону(супрупа)       | 60  | 0,79  | 0,14  | 2,74  | 15,40  | 0,05 | 12,60 | 0,00  | 0,50 | 10,08  | 18,72  | 14,40  | 0,65 | 0,50 | 0,10 | 0,00 |
| 418/2006                         | Пюре картофельное со сл мясом             | 150 | 3,46  | 5,42  | 23,05 | 154,86 | 0,16 | 20,45 | 0,00  | 0,20 | 41,70  | 97,75  | 31,36  | 1,14 | 0,71 | 0,31 | 0,00 |
| 418/2006                         | Рыба, тушеная в томате с овощами          | 110 | 19,50 | 9,90  | 7,60  | 197,50 | 0,10 | 7,46  | 0,11  | 0,00 | 78,14  | 334,38 | 97,06  | 1,70 | 1,02 | 0,44 | 0,00 |
| 944/2006                         | Корейский напиток                         | 200 | 2,90  | 2,50  | 14,70 | 62,00  | 0,21 | 0,00  | 40,48 | 0,51 | 0,00   | 213,44 | 142,49 | 4,83 | 0,28 | 0,00 | 0,00 |
| III                              | Хлеб пшеничный                            | 25  | 1,69  | 0,22  | 12,54 | 58,84  | 0,03 | 0,00  | 0,00  | 0,28 | 5,00   | 16,25  | 3,50   | 0,28 | 0,78 | 0,29 | 0,00 |
| III                              | Хлеб ржано-пшеничный                      | 25  | 1,66  | 0,30  | 10,46 | 51,20  | 0,13 | 0,18  | 0,00  | 0,13 | 31,94  | 54,69  | 17,50  | 1,23 | 0,22 | 0,21 | 0,01 |
| III                              | Сок фруктовый промышленного пр-ва,фас 0,2 | 200 | 0,50  | 0,00  | 16,10 | 114,00 | 0,04 | 5,75  | 0,00  | 0,60 | 24,00  | 46,00  | 12,00  | 0,00 | 0,36 | 0,00 | 0,00 |
| Итого:                           |   |     | 30,50 | 18,48 | 87,19 | 653,80 | 0,72 | 46,44 | 40,59 | 2,22 | 190,86 | 771,23 | 318,31 | 9,83 |      |      |      |

| Пищевая ценность ЗАВТРАК 1-4 кл. |  |     |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |       |      |      |      |      |
|----------------------------------|--|-----|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|------|--------|--------|-------|------|------|------|------|
| 4 день Четверг                   |  |     |       |       |       |        |      |       |       |      |        |        |       |      |      |      |      |
| 126/2006                         | Натр свекольный                          | 60  | 0,79  | 0,14  | 2,74  | 15,40  | 0,05 | 12,60 | 0,00  | 0,50 | 10,08  | 18,72  | 14,40 | 0,65 | 0,40 | 0,00 | 0,00 |
| 607/2006                         | Вителки из мяса говядины                 | 90  | 4,97  | 7,26  | 8,52  | 119,30 | 0,03 | 0,41  | 35,40 | 0,00 | 28,85  | 59,56  | 12,63 | 0,57 | 3,60 | 0,00 | 0,00 |
| 487/2006                         | Макаронные отпавные, со сливочным маслом | 150 | 4,14  | 5,00  | 23,40 | 155,16 | 0,04 | 0,00  | 0,00  | 0,57 | 8,20   | 27,20  | 6,32  | 0,62 | 0,41 | 0,00 | 0,00 |
| 944/2006                         | Чай с сахаром                            | 200 | 1,00  | 0,00  | 20,23 | 84,93  | 0,02 | 4,01  | 0,00  | 0,20 | 14,02  | 14,02  | 8,01  | 2,80 | 0,22 | 0,21 | 0,01 |
| III                              | Хлеб пшеничный                           | 25  | 1,69  | 0,22  | 12,54 | 58,84  | 0,03 | 0,00  | 0,00  | 0,28 | 5,00   | 16,25  | 3,50  | 0,28 | 0,78 | 0,29 | 0,00 |
| III                              | Хлеб ржано-пшеничный                     | 25  | 1,66  | 0,30  | 10,46 | 51,20  | 0,13 | 0,18  | 0,00  | 0,13 | 31,94  | 54,69  | 17,50 | 1,23 | 0,20 | 0,80 | 0,10 |
|                                  | Молоко свежее                            | 120 | 0,48  | 0,48  | 11,76 | 53,28  | 0,03 | 12,00 | 0,00  | 0,24 | 19,20  | 13,20  | 10,80 | 2,64 |      |      |      |
|                                  | Итого                                    | 670 | 14,73 | 13,40 | 89,65 | 538,11 | 0,33 | 29,20 | 35,40 | 1,92 | 117,29 | 203,64 | 73,16 | 8,79 | 5,61 | 1,29 | 0,11 |