



День 4 . Неделя: первая Сезон: весенний завтрак. Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецепта; рп	Наименование блюда	Выходг	Цена	Пищевые в-ва г						Энерг Ценность ккал						Витаминь мг						Минеральные вещества мг					
				Б	Ж	У	К	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe												
ЗАВТРАК 4 ДЕНЬ																											
№291, сбор. 2005г под ред Могильного	Плов из птицы	100-200	46,31	27,38	30,44	57,31	573,75	0,08	0,08	64,80	0,31	60,38	267,30	62,64	2,78												
№457, сбор 2021г под ред Деревалова	Чай с сахаром	200-10	1,46	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,70	4,20	0,82												
№341, сбор 2005 под ред Могильного	Апельсины свежие калиброванные 1 шт	200	26,87	1,58	0,35	39,13	165,00	0,08	105,00	0,00	0,35	60,25	40,25	22,75	0,60												
к.к.	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,87	1,98	0,36	10,02	52,20	0,05	0,00	0,00	0,42	10,50	47,40	14,10	1,17												
Итого завтрак:		800	76,51	31,14	31,25	115,76	828,95	0,21	105,08	64,80	1,08	136,23	362,65	103,69	5,37												