

Разработано

Директор "Витамин" Д.В. Митрофанов

" 2020 г



Согласовано

Территориальный отдел
Управления Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека
по Красноярскому краю в
Белореченском, Апшеронском районах,
городе Горячий Ключ.

И.О.начальника территориального отдела

Н.М. Перякина
" 01 " января " 2020 г

Пищевая ценность ЗАВТРАК-7-10 лет (Зима-весна)

№	Наименование	Выход, г	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)	Иод (мг)	
131	Горох овощной отварной	60	3,36	0,46	7,70	48,38	0,07	0,02	0,00	0,00	0,12	21,30	56,20	18,40	0,00	0,54	0,00	
212	Омлет с колбасой или сосисками	150	13,77	17,41	30,40	333,37	0,18	0,35	2,85	0,18	1,58	220,25	296,78	18,05	0,00	1,45	0,02	
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	0,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	20	1,33	0,15	10,00	46,67	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,00	0,21	0,01	
338	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	12,15	55,77	0,02	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,00	0,29	0,00	
	Фрукты или ягоды свежие	120	0,50	0,50	12,25	55,50	0,03	0,00	12,50	0,00	0,25	20,00	13,75	11,25	2,75	0,13	0,00	
	Итого	575,00	20,26	18,79	87,50	600,15	0,33	0,37	15,38	0,18	2,44	283,00	413,43	61,95	3,03	2,61	0,03	
	День: вторник																	
	Несезон: первая																	
	Сезон: зимне-весенний																	
	Возрастная категория: 7-10 лет																	
	Пищевые вещества		Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е							
	Выход, г																	
	Энергетическая ценность																	
	Витамины																	
	Минеральные вещества																	
52	Салат из свежих овощей	60	0,80	3,00	4,58	48,52	0,01	0,02	4,01	0,00	0,00	11,36	20,48	10,47	0,80	0,00	0,00	
Л*500	Биточки рубленные на пшенице под соусом	80	8,00	6,07	5,50	108,63	0,02	0,02	0,03	0,08	1,48	15,20	60,45	23,48	1,44	0,56	0,00	
171	Капша пшеница	150	6,84	9,19	40,00	270,07	0,20	0,15	10,00	0,00	0,64	125,90	215,35	3,00	0,45	1,50	0,02	
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,83	0,04	0,16	1,33	0,10	0,00	126,60	92,80	15,40	0,41	0,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	20	1,33	0,15	10,00	46,67	0,02	0,00	0,00	0,00	0,26	4,60	17,40	6,60	0,00	0,21	0,01	
	Хлеб ржаной	25	1,23	0,25	12,15	55,77	0,02	0,00	0,00	0,00	0,23	5,75	26,50	6,25	0,00	0,29	0,00	
	Итого	535	19,72	20,01	88,13	611,49	0,31	0,35	15,37	0,18	2,61	289,41	432,98	65,20	3,10	2,56	0,03	