

День	Наименование	№ Рецептуры	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал	Стоимость
								1 порция
1 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	5,2
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12,2
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	24,4
2 день	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	Сырники из творога	219	70	10,84	8,97	17,14	193	54,228
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
	Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	18,9
	Итого		430	17,48	11,41	80,25	494	84,843
3 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	5,2
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12,2
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	24,4
4 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	5,2
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12,2
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	24,4
5 день	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
	Сырники из творога	219	70	10,84	8,97	17,14	193	54,228
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
	Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	18,9
	Итого		330	15,98	10,91	59,25	399,5	84,843
6 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	5,2
	Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12,2
	Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
	Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	24,4

	7 день	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
		Сырники из творога	219	70	10,84	8,97	17,14	193	54,228
		Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
		Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	18,9
		Итого		330	15,98	10,91	59,25	399,5	84,843
	8 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	5,2
		Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12,2
		Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
		Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	24,4
	9 день	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
		Сырники из творога	219	70	10,84	8,97	17,14	193	54,228
		Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
		Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	18,9
		Итого		430	17,48	11,41	80,25	494	84,843
	10 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	5,2
		Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12,2
		Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
		Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	24,4
	11 день	Чай с лимоном	377/375	200	0,13	0,02	15,2	61,5	4,715
		Сырники из творога	219	70	10,84	8,97	17,14	193	54,228
		Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
		Бананы	338	100	1,5	0,5	21	94,5	18,9
		Итого		330	15,98	10,91	59,25	399,5	84,843
	12 день	Молочный коктейль		200	5,2	6	18	146,8	5,2
		Яблоки	338	100	0,4	0,4	9,8	44,4	12,2
		Булочка школьная	428	60	5,01	1,92	26,91	145	7
		Итого							24,4
		Итого		360	10,61	8,32	54,71	336,2	570,615