



Понедельник 1 неделя

Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
		Белки	Жиры	Углево ды		
<b>Завтрак 1-4 кл</b>						
Каша овсяная молочная жидкая 180/5	185	6,90	9,10	28,80	231	16,47
Омлет с сыром (115/5)	120	12,40	18,60	1,80	227	17,38
Какао с молоком	200	3,30	3,10	13,60	95	14,05
Каралинка (булочка)	100	7,8	8,5	52,3	321	19,20
<b>Итого</b>	<b>605</b>	<b>30,40</b>	<b>39,30</b>	<b>96,50</b>	<b>874,00</b>	<b>67,10</b>

Блюдо	Выход, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
		Белки	Жиры	Углево ды		
<b>Обед 1-4 кл</b>						
Суп-лапша домашняя	250	2,6	2,1	11,6	78	17,23
Каша пшеничная 180/5	185	8,00	4,90	47,00	261	10,55
Гуляш из отварной говядины 50/50	100	13,40	13,40	3,10	188	37,03
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	30,9	123	6,6
Яблоко	100	0,3	0	8,6	40	14,4
Хлеб пшеничный (йодированный)	40	3,16	0,40	19,32	98,4	3,67
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	38,6	1,62
<b>Итого</b>	<b>895</b>	<b>29,28</b>	<b>21,14</b>	<b>127,2</b>	<b>827,00</b>	<b>91,10</b>

Итого за день

Завтрак \_\_\_\_\_

Обед \_\_\_\_\_