



ЗАВТРАК					
		Ж	У	Ккал	
Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	165	4,67	4,86	25,83	165,97*
Чай с сахаром	150/200	0,06/0,1		6,8/9,99	26/40
Батон нарезной	30/30	3,36	1,3	19,74	104,1
Масло сливочное (порционно)	5/5	0,04	3,63	0,07	33
2-ЗАВТРАК					
Сок фруктовый	100/0	0,05	0	10,1	42,67
Компот из смеси сухофруктов	0/100	0,22	0	13,88	56,5
Печенье	14/14	1,03	1,54	9,9	57,5
ОБЕД					
Салат из моркови	30/50	0,3/0,5	1,35/2,25	4,35/7,25	30/50
Борщ с капустой и картофелем	153/183	1/1,25	2,9/3,69	7/8,45	58/71,02
Котлеты с томатным соусом	70/90	8,19/10,53	6,5/8	9,4/12	130/167
Макаронные изделия отварные	112/133	4/4,76	2,87/3,39	24,07/28,45	140,55/166,11
Компот из свежих плодов (яблок)	150/180	0,12/0,14	0,12/0,14	17,9/21,49	73,2/87,8
Хлеб пшеничный витаминизированный	20/25	1,6/2	0,34/0,42	12,6/15,75	62,4/78
Хлеб пшенично - ржаной	25/30	2,81/3,3	0,45/0,54	16,06/19,2	79,25/95,1
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК					
Каша пшенная молочная жидкая	133/154	4,84/5,6	5,7/6,6	22,8/26,4	161,5/187
Фрукт	100/100	0,4	0,4	12	60
Чай с сахаром	150/200	0,07/0,1		6,8/9,1	26/78
Хлеб пшеничный витаминизированный	20/25	1,6/2	0,34/0,42	12,6/15,75	62,4/78