



Л.М. Маликова

## ПОНЕДЕЛЬНИК 1 ДЕНЬ

Завтрак						
Наименование блюда	6-10 лет			11-18 лет		
	Масса порции Гр.	Цена за порцию	Энерг. Ценность (ккал)	Масса порции Гр.	Цена за порцию	Энерг. Ценность (ккал)
Запеканка со свежими плодами	200	22,33	272,0	250	29,34	340,0
Джем или повидло	30	9,8	20,8	40	10,2	27,7
Кисломолочный продукт порцио	115	21,96	100,0	115	21,96	100,0
Кисель	200	5,86	122,0	200	5,86	122,0
Хлеб пшеничный	30	1,5	69,89	45	2,25	105,0
<b>Итого за завтрак</b>		<b>61,45</b>	<b>584,69</b>		<b>71,45</b>	<b>694,7</b>
Обед						
Щи из свежей капусты	200	10,2	66,4	250	13,48	83,0
Макаронные изделия отварные	150	7,59	211,09	180	8,87	253,31
Гуляш из говядины	100	51,86	248,0	120	60,84	297,6
Чай с сахаром	200	1,42	60,0	200	1,42	60,0
Фрукты	200+/-	17,1	94,0	200+/-	17,1	94,0
Хлеб пшеничный	45	2,25	104,84	60	3,0	140,0
Хлеб рж - пшен	25	1,75	45,25	35	2,45	63,4
<b>Итого за обед</b>		<b>92,18</b>	<b>829,58</b>		<b>107,16</b>	<b>991,31</b>
<b>Итого за завтрак и обед</b>			<b>1414,27</b>			<b>1686,01</b>

**Завтрак**



**Обед**

