

| Прием пищи | Раздел      | № рец.     | Блюдо   | Выход, г   | Цена    | Калорийность               | Белки                    | Жиры       | Углеводы                        |
|------------|-------------|------------|---|------------|---------|----------------------------|--------------------------|------------|---------------------------------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 378/М:2022 | Гречка с сахаром                              | 200        |         | 381                        | 8,9                      | 3,06       | 79,46                           |
|            |             | 1/М:2022   | Бутерброд с маслом                            | 30/10      |         | 147                        | 2,6                      | 8,8        | 14,3                            |
|            | закуска     | 61/М:2005  | Салат «Прелесть»                              | 60/100     |         | 75,6/126                   | 0,9/1,5                  | 3,6/6,0    | 9,9/16,5                        |
|            | фрукты      | 338/М:2005 | Фрукты по сезонности (яблоко, груша, банан)   | 150/200    |         | 78/104; 70,5/94; 35,4/47/2 | 0,6/0,8; 0,6/0,8; 2,25/3 | 0          | 18,9/25,2; 17,1/22,8; 35,4/47,2 |
|            | гор.напиток | 959/М:2022 | Какао с молоком                               | 200        |         | 150,8                      | 3,76                     | 2,82       | 26,74                           |
|            |             |            |   | для 1-4 кл |         | 56,60 руб.                 |                          |            |                                 |
| Обед       | закуска     | 77/М:2022  | Нарезка из капусты с фасолью и огурцом        | 60/100     |         | 34,26/57,1                 | 1,5/2,5                  | 1,44/2,4   | 3,84/6,4                        |
|            | 1 блюдо     | 218/М:2022 | Суп – лапша куриная                           | 250/250    |         | 91                         | 3,2                      | 0,95       | 17,4                            |
|            | 2 блюдо     | 457/М:2005 | Запеканка мясная                              | 100/120    |         | 188,6/226,32               | 20,8/24,96               | 10,8/12,96 | 2,2/2,64                        |
|            | гарнир      | 409/М:2022 | Гороховое пюре                                | 150/200    |         | 181,5/142                  | 8,55/11,4                | 6,6/8,8    | 21,9/29,2                       |
|            | хлеб бел.   |            | Хлеб пшеничный                                | 50/50      |         | 137                        | 5,33                     | 2,26       | 21,77                           |
|            |             | 389/М:2005 | сок фруктовый/компот                          | 200/200    |         | 101,6                      | 1                        | 0          | 24,4                            |
|            |             |            | обед с чаем - 75 руб., обед с соком - 82 руб. |            |         |                            |                          |            |                                 |
| Полдник    |             | 424/М:2005 | Булочка «Домашняя»                            | 60/60      |         | 235,2                      | 4,5                      | 7,92       | 36,54                           |
|            |             | 376/М:2005 | Чай с сахаром                                 | 200/200    |         | 60                         | 0,1                      | 0          | 15,5                            |
|            |             |            |   |            | 16 руб. |                            |                          |            |                                 |