

День недели	Наименование блюда	№ реп.	цена	Выход,гр.	Пищевые вещества.			Энергетическ ая ценность (ккал)
					Белки,гр.	Жиры,гр.	Углеводы,гр.	
				7-11 лет				
7 день	ЗАВТРАК							
	запеканка из творога	279	63,76	150	23,85	11,55	22,5	291
	фрукты(груши)	82	23	150	0,6	0,6	14,7	66
	чай с лимоном	459	4,58	200	0,3	0,1	9,5	40
	ИТОГО ЗАВТРАК:		91,34	500	24,75	12,25	46,70	396,05
	ОБЕД							
	салат из свежих огурцов	14	17,45	60	0,36	4,6	5	38,4
	борщ с капустой и картофелем	39	18,23	200	1,6	4,16	10,48	84,88
	каша пшеничная	223	14,87	150	6,3	5	28,4	184
	гуляш из отварной говядины или свинины	327	42,35	100	20,6	19,5	3,3	258
	компот из свежих пдонов	486	4,78	200	0,1	0,1	11,1	46
	ватрушка с картофелем	296	26,53	80	9,5	5,8	52,6	303,5
	Хлеб пшеничный	573	3,2	40	3,04	0,32	19,7	93,6
	ИТОГО ОБЕД:		127,41	830	41,50	39,48	130,58	1008,38
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		218,75		66,25	51,73	177,28	1404,43