|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Калории | Белки | Жиры | Углеводы | Наименование блюда | Выход | Цены |
|  |  |  |  | **Завтрак 1-4 класс** |  |  |
| 346,3 | 18,6 | 20,3 | 33,9 | Запеканка из творога с морковью | **150/30** | 18-19 |
| 24,3 | 0,39 | 2,25 | 0,54 | сметана | **15** | 2-36 |
| 58 | 0,2 | 0 | 15 | чай с сахаром | **200** | 1-03 |
| 94 | 3,16 | 0,4 | 19,8 | хлеб пшеничный | **40** | 9-00 |
| 38 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | фрукты | **150** | 1-88 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | **итого** | 32-46 |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **Обед 1-4 класс** |  |  |
| 49,14 | 0,96 | 1,08 | 8,4 | салат из моркови и с черносливом | **60** | 6-55 |
| 102,2 | 2,84 | 4,09 | 11,33 | борщ с картофелем и фасолью | **250** | 4-01 |
| 214,4 | 11,45 | 15,88 | 6,48 | фрикадельки из мяса птицы | **80** | 29-68 |
| 210,11 | 3,67 | 5,42 | 36,67 | рис отварной | **150** | 5-75 |
| 87,84 | 0,14 | 0,14 | 21,49 | компот из свежих яблок  | **200** | 2-76 |
| 46,76 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | хлеб пшеничный | **30** | 1-41 |
| 45,98 | 1,12 | 0,22 | 9,88 | хлеб ржано-пшеничный | **40** | 1-88 |
|  |  |  |  |  | **Итого** | 52-04 |
|  |  |  |  |  |  |  |