

Завтрак 1-4 класс

6 день						
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы						
1 Котлета рыбная/рыба, тушеная в томате с овощами	80	14,8	5,4	15,5	165	65, 69
2 Пюре картофельное/картофель отварной	150	3,00	3,75	23,1	145,5	13
3 Салат из квашеной капусты/огурец соленный/помидор соленный	20,0	0,16	0,04	0,32	2,4	51, 68
4 Хлеб пшеничный	20	1,20	0,36	8,12	41,60	-
5 Пастила/мармелад	10/15	0,05	0	8	32,4	-
6 Какао с молоком	180	4,41	4,5	29,25	171	67
Итого	460/465	23,62	14,05	84,29	557,9	

