

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 | |

