

**ОБЕД НА ВЫБОР**

03	Салат из ранней капусты с растительным маслом	1/100	1,53	5,07	9,03	86,67	0,02	38,47	0,00	51,62	27,03	14,63	0,62
	ранняя капуста 6/к, масло растительное												
25	Борщ вегетарианский	1/250	2,06	5,27	13,01	108	0,05	20,46	0,03	42,89	55,5	22,33	1,2
	капуста, морковь, лук, свекла, картофель, сметана 15%												
37	Биточек Особый(говядина, свинина, хлеб, яйцо)	1/100	14,56	11,24	8,98	196	0,06	0	0,02	14,04	136,68	25,36	1,2
44а	Соус красный	1/50	0,40	0,86	3,1	21,85	0,01	0,98	0,14	3,40	6,90	3,50	0,12
58	Каша гречневая	180	10,44	7,92	51,6	32,4	0,36	0	0,036	20,64	248,96	166,5	5,64
	крупа гречневая, сливочное масло												
<b>ИТОГО:</b>			28,99	30,36	85,72	444,92	0,5	59,91	0,226	132,59	475,07	232,32	8,78

**ЧЕТВЕРГ**

<b>ЗАВТРАК 7-11 лет</b>													
58	Каша пшениная Молочная	1/150	7,48	10,76	37,68	277,52	0,09	1,01	0	132,73	127,51	26,44	1,06
	крупа пшениная, молоко 3,2%, масло сливочное												
	Сыр	1/20	4,68	6	0	74,2	0,08	0,32	52	200	108,8	9,4	0,12
	Чай	1/200	0,4	0	1,38	21,8	0	0,2	0,1	9,9	16,5	8,8	1,64
	Хлеб пшеничный	1/20	3,16	0,4	20,76	94,4	0,064	0	0	10	34,4	14	0,64
	Хлеб ржаной	1/20											
<b>ИТОГО:</b>			15,72	17,16	59,82	467,92	0,234	1,53	52,1	352,63	287,21	58,64	3,46

<b>ЗАВТРАК 12-18 лет</b>													
58	Каша пшениная Молочная	1/200	9,35	13,45	47,1	346,9	0,11	1,26	0	165,87	159,38	33	1,32
	крупа пшениная, молоко 3,2%, масло сливочное												
	Сыр	1/20	4,68	6	0	74,2	0,08	0,32	52	200	108,8	9,4	0,12
	Чай	1/200	0,4	0	1,38	21,8	0	0,2	0,1	9,9	16,5	8,8	1,64
	Апельсин	1/100	1,35	0,00	12,60	57,00	0,06	90	75	51	34,5	19,5	0,45
	Хлеб пшеничный	1/20	3,16	0,4	20,76	94,4	0,064	0	0	10	34,4	14	0,64
	Хлеб ржаной	1/20	1,36	0,24	9,28	43	0,03	0	0	6	24,6	9,2	0,46
<b>ИТОГО:</b>			20,3	20,09	91,12	637,3	0,344	91,78	127,1	442,77	378,18	93,9	4,63

<b>ОБЕД 7-11 лет</b>													
15	Икра кабачковая	1/60	0,95	3,2	5,15	52	0,02	17,98	0	19,36	20,27	8,83	0,52
	кабачки, капуста б-к, морковь, лук, томат паста, масло												
32	Борщ Украинский с мясом	1/200/20	8,31	7,89	16,28	170	0,1	18,76	0,04	61,04	1,71	37,03	2,02
	говядина, свекла, морковь, лук, томат паста, капуста, перец												
48	Капуста тушеная с сосисками	1/200	13,4	17,15	16,2	272,6	0,2	90	0,04	96,2	170,86	51,14	2,5
	капуста б-к, сосиски молочные, лук, морковь, томат паста,												
2	Компот из вишни	1/200	0,24	0	21,84	84,4	0	19,2	0	8,78	7,37	7,98	0,36
	вишня с-м, сахар песок												
	Хлеб пшеничный	1/20	3,16	0,4	20,76	94,4	0,064	0	0	10	34,4	14	0,64