

Завтрак 1-4 класс

9 день						
Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.	№ тех. Карты
Завтрак 1-4 классы						
1 Тефтели	80	11,04	13,12	10,48	205,6	15
2 Макароны отварные	150	3,83	3,35	17,1	122,25	11
3 Помидор соленый/огурец соленый/салат из квашеной	20,0	0,16	0,04	0,32	2,4	51, 68, 19
4 Хлеб пшеничный	20	1,20	0,36	8,12	41,60	-
5 Пастила/мармелад	10/15	0,05	0	8	32,4	-
6 Компот из сухофруктов/свежих фруктов	180,0	0,18	0,00	32,22	127,80	30
Итого	460/465	16,46	16,87	76,24	532,05	

