|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **4 день** | **Завтрак** |  |   |   |   |   |   | **4 день** |
|   | Бутерброд с маслом | 30 | 30 | 1,200 | 12,500 | 7,400 | 147,000 | 94 |
| Каша боярская (пшенная с изюмом) | 200 | 200 | 9,200 | 28,160 | 39,820 | 179,600 | 261 |
| Котлета рыбная | 90 | 100 | 12,510 | 1,890 | 8,640 | 101,700 | 345 |
|   |   |   | 13,900 | 2,100 | 9,600 | 113,000 |   |
| Какао с молоком | 200 | 200 | 3,6 | 3,3 | 25 | 144 | 496 |
| Батон нарезной | 20 | 20 | 1,500 | 0,580 | 10,280 | 52,400 | 111 |
| **Итого завтрак:** | **540** | **550** | **28,010** | **46,430** | **91,140** | **624,700** |   |
|   |  |  | **29,400** | **46,640** | **92,100** | **636,000** |   |
|   | **Второй завтрак** |   |  |  |  |  |  |   |
| Молоко 3,2% | 200 | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 106,000 | 515 |
| Батон нарезной | 20 | 20 | 1,500 | 0,580 | 10,280 | 52,400 | 111 |
| **Итого второй завтрак:** | **220** | **220** | **7,300** | **5,580** | **19,880** | **158,400** |   |
|   | **Обед** |   |   |  |  |  |  |   |
| Икра свекольная | 60 | 100 | 1,440 | 4,260 | 6,240 | 69,000 | 119 |
|   |   |   | 2,400 | 7,100 | 10,400 | 115,000 |   |
| Суп фасолевый | 250 | 250 | 0,900 | 4,350 | 2,500 | 52,750 | 130\* |
| Печень говяжья по-строгановски | 110 | 110 | 18,000 | 13,800 | 4,300 | 213,000 | 398 |
| Макаронные изделия отварные  | 150 | 180 | 5,660 | 5,560 | 29,040 | 145,000 | 291 |
|   |   |   | 6,79 | 6,79 | 34,85 | 174 |   |
| Кисель  | 200 | 200 | 1,40 | 0,00 | 29,00 | 29,000 | 503 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 30 | 1,980 | 0,360 | 10,200 | 54,300 | 110 |
| Батон нарезной | 20 | 20 | 1,500 | 0,580 | 10,280 | 52,400 | 111 |
| **Итого обед:** | **820** | **890** | **31,110** | **29,720** | **96,810** | **736,200** |   |
|  |  | **33,200** | **33,790** | **106,780** | **811,200** |   |
|   | **Полдник** |  |   |   |   |   |   |   |
| Чай с джемом | 200 | 200 | 0,400 | 0,100 | 14,900 | 62,000 | 458\* |
| Вафли | 15 | 15 | 0,250 | 0,300 | 6,960 | 31,500 | 588 |
| Апельсин (поштучно) | 150 | 150 | 1,350 | 0,300 | 12,150 | 64,500 | 112 |
| **Итого полдник:** | **365** | **365** | **2,000** | **0,700** | **34,010** | **158,000** |   |
| **Итого за день:** |  |  | **68,420** | **82,430** | **241,840** | **1 677,300** |   |
|  |   | **71,900** | **86,710** | **252,770** | **1 763,600** |   |