|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Четвертый день** | **Выход** | **Б** | **Ж** | **У** | **Э/Ц.** |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 10 | 0,10 | 8,20 | 0,10 | 75,00 |
| Каша гречневая на молоке | 200 | 32,49 | 9,82 | 33,22 | 351,22 |
| Напиток кофейный | 200 | 2,01 | 2,39 | 25,65 | 131,87 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,85 | 1,50 | 24,90 | 131,00 |
| **ИТОГО:** | **460** | **38,45** | **21,91** | **83,87** | **689,09** |
| **Обед** |  |  |  |  |  |
| Огурцы свежие | 50 | 0,40 | - | 1,70 | 8,00 |
| Помидоры свежие | 50 | 0,60 | 0,10 | 2,30 | 13,00 |
| Борщ зеленый | 250 | 4,12 | 8,88 | 21,44 | 182,00 |
| Рыба жареная | 75 | 19,41 | 16,69 | 4,99 | 248,46 |
| Картофельное пюре | 150 | 3,20 | 6,06 | 23,30 | 160,46 |
| Компот фруктовый | 200 | 0,56 | - | 27,89 | 113,79 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,70 | 3,00 | 49,83 | 262,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,03 | 0,60 | 17,10 | 90,50 |
| **ИТОГО:** | **925** | **39,02** | **35,33** | **148,53** | **1078,21** |