

4 неделя						
Наименования блюда	7-10 лет		11-14 лет		Выход	Ккал
	Выход	Ккал	Выход	Ккал		
1-й день (понедельник)						
Сосиска говяжья духовая с соусом	80/30	172	90/30	180	100/30	203
Гарнир: макароны	100	112	130	135	150	146
Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
Питьевой йогурт	100	212	100	212	100	212
2-й день (вторник)						
Щи с мясом говядины (капуста, картофель, лук, морковь)	200/20	98	230/20	112	250/20	121
Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
Ватрушка с творогом	60	149	60	149	60	149
Чай черный сладкий	200	13,5	200	13,5	200	13,5
3-й день (среда)						
Жаркое из мяса курицы	200	178,8	230	206	250	224
Салат морковный с черносливом на растительном масле	60	91	70	106	80	121
Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
Чай с молоком	200	19	200	19	200	19
Мед	10	33	10	33	10	33
4-ый день (четверг)						
Тефтели говяжьи с соусом	70/30		80/30		90/30	
Гарнир: картофельное пюре	100	81,7	120	107	130	123
Кисель плодово-ягодный	200	93	200	93	200	93
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/3	87	3/7/7/1	103	35/5/3	134
5-ый день (пятница)						
Курица тушенная с соусом	70/30	285	80/30	314	90/30	342
Гарнир: гречка	100	92	130	120	150	138
Хлеб пшеничный; ржаной	20	49	35	85	40	97
Компот из сухофруктов	200	55,6	200	55,6	200	55,6