

## 4 ДЕНЬ

| <b>Приём<br/>пищи</b> | <b>Наименование блюда</b> | <b>Масса<br/>порций<br/>( гр.)</b> | <b>Ккал</b> |
|-----------------------|---------------------------|------------------------------------|-------------|
| <b>Завтраки</b>       | Масло сливочное           | 10                                 | 66,1        |
|                       | Каша дружба               | 200                                | 192,7       |
|                       | Чай с молоком             | 220                                | 110,5       |
|                       | Батон нарезной            | 30                                 | 78,5        |
|                       | Мармелад                  | 40                                 | 56          |
|                       | Яблоко                    | 120                                | 53,3        |
|                       |                           |                                    | 620         |
| <b>Обед</b>           | Огурец в нарезке          | 60                                 | 8,5         |
|                       | Борщ со сметаной          | 250                                | 110,4       |
|                       | Жаркое по домашнему       | 240                                | 381,5       |
|                       | Компот из яблок           | 200                                | 66,9        |
|                       | Хлеб ржано-пшеничный      | 30                                 | 58,7        |
|                       | Батон нарезной            | 30                                 | 78,5        |
|                       | Пряники                   | 50                                 | 183         |
|                       |                           |                                    | 900         |
| <b>Полдник</b>        | Йогурт                    | 200                                | 116,2       |
|                       | Пирожное песочное         | 100                                | 315         |
|                       | Банан                     | 200                                | 66,6        |
|                       |                           |                                    | 450         |
|                       |                           |                                    |             |
|                       |                           |                                    |             |