## ЗАВТРАК (1-4кл) (сахарный диабет,стол №9)

| сборник 2004г № | Наименование блюда | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Каша пшенная молочная (без сахара) | 250 | 6,84 | 9,97 | 39,20 | 286,00 | 28,14 |
| № 96 | Масло сливочное порционно | 15 | 0,09 | 10,89 | 0,12 | 98,84 | 18,00 |
| № 97 | Сыр порционно | 30 | 6,60 | 8,00 | 0,00 | 97,90 | 28,80 |
| № 684,686 | Чай с лимоном (без сахара) | 200 | 0,45 | 0,10 | 0,29 | 27,60 | 9,06 |
| | Хлеб Дарницкий | 59 | 3,90 | 0,71 | 0,71 | 102,66 | 8,00 |
| | Фрукты свежие (мандарин) | 150 | 1,65 | 0,40 | 15,57 | 78,91 | 60,00 |
| | | | | | | | |
| | итого: | 704 | 19,53 | 30,07 | 55,89 | 691,91 | 152,00 |

## ЛЬГОТНЫЙ ОБЕД ( с 1 по 11 кл)

| сборник 2004г № | Наименование блюда | Выход,г | белки,г | жиры,г | углеводы, | ЭЦ ккал | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| стр 70-71 | Помидор свежий порционно | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,70 | 23,00 | 40,80 |
| № 124 | Щи из свежей капусты со сметаной | 260 | 2,00 | 5,10 | 8,70 | 90,00 | 26,95 |
| таб№4,№ 297 | Каша перловая рассыпчатая | 180 | 4,70 | 6,50 | 33,30 | 214,00 | 11,96 |
| № 423 | Бефстроганов из говядины | 100 | 16,00 | 22,50 | 5,50 | 236,00 | 81,48 |
| № 700 | Компот из брусники (без сахара) | 200 | 0,45 | 0,10 | 0,29 | 27,60 | 16,06 |
| | Хлеб Дарницкий | 50 | 3,30 | 0,60 | 0,60 | 87,00 | 6,75 |
| | Фрукты свежие (яблоко) | 150 | 1,41 | 0,21 | 0,21 | 36,48 | 42,00 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | итого: | 1040 | 28,96 | 35,21 | 52,30 | 714,08 | 226,00 |