

Замена блюд

День	Прием пищи	Заменяемое блюдо/ Вариант Замена	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
День 1 (2 недели)	Полдник младшие классы (7-11 лет)	Котлета из мяса птицы	90	10,20	12,93	13,79	198,00
		Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	4,09	5,08	37,26	216,90
		Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5	0,24	0,09	12,43	54,20
		Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
		<b>Итого:</b>	<b>528</b>	<b>18,40</b>	<b>18,66</b>	<b>87,65</b>	<b>587,25</b>
		Сосиски отварные	90	10,80	13,50	0,90	169,30
		Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	4,09	5,08	42,26	216,90
		Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5	0,24	0,09	12,43	54,20
		Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75
		Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,40
		<b>Итого:</b>	<b>528</b>	<b>19,00</b>	<b>19,23</b>	<b>79,77</b>	<b>558,55</b>

25%

25%

