Неделя 1
День 5 **ПЯТНИЦА**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции		Энергетическая ценность
		7-11 лет	12 и старше	
Завтрак	Молоко	200	200	116,0
	Мед	10	10	30,8
	Печение	30	30	63,77
Итого				210,57
Завтрак горячий	Плов	200	300	367,8
	Салат из соленых огурцов с луком	70	70	11,0
	Кофейный напиток	200	200	18,0
	Хлеб	30	30	65,15
	Банан	230	230	117,0
Итого				741,95
Обед	Рассольник	250	250	557,5
	Омлет с сыром	105	125	354,0
	Котлета домашняя	75	100	489,0
	Компот из сухофруктов	200	200	184,0
	Хлеб	60	60	130,3
Итого				1714,8
Итого за день				