|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **18.06.2024** | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |
| 8\4 | Каша геркулесовая | | | 180 | 5,8 | 6,7 | 24,5 | 181,8 | 0,4 |
|  | молочная | | |  |  |  |  |  |  |
| 13\10 | Кофейный напиток | | | 200 | 3,0 | 2,9 | 13,4 | 89,0 | 0,5 |
| 1\13 | Хлеб пшеничный с маслом | | | 30\7 | 2,3 | 3,0 | 17,3 | 135,4 | 0,0 |
|  | Итого | | | **380** | **11,1** | **12,6** | **55,2** | **406,2** | **0,9** |
| 10-00 час | Сок или фрукты в ассортименте 100 | | | | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **42,7** | **10,0** |
|  | **Обед** | | |  |  |  |  |  |  |
| 30\1 | Салат из отварного картофеля | | |  |  |  |  |  |  |
|  | c солёным огурцом | | | 60,0 | 0,8 | 9,0 | 5,5 | 106,0 | 2,5 |
| 14,2 | Суп из овощей | | | 200,0 | 1,5 | 5,2 | 8,3 | 87,0 | 6,9 |
|  | со сметаной с мясом |  |  | 10,0 | 2,9 | 0,5 | 0,1 | 16,7 | 0,0 |
| 268\2010 | Суфле " Рыбка" | | | 150,0 | 20,5 | 10,0 | 14,3 | 225,0 | 0,0 |
| 15\10 | Напиток из шиповника |  |  | 200,0 | 0,2 | 0,1 | 16,7 | 65,0 | 89,0 |
|  | Хлеб пшеничный витамин. |  |  | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,4 | 70,8 | 0,0 |
|  | Хлеб ржаной | | | 35 | 2,3 | 0,4 | 11,7 | 60,8 | 0,0 |
|  | Итого | | | **685,0** | **30,5** | **25,5** | **71,0** | **631,3** | **98,4** |
|  | **Полдник** | | |  |  |  |  |  |  |
|  | Кисломолочные продукты |  |  | 180,0 | 5,2 | 5,8 | 8,5 | 105,0 | 2,3 |
|  | в ассортименте | | |  |  |  |  |  |  |
| 7\12 | Пирожок с яблоками | | | 70,0 | 4,4 | 5,6 | 30,3 | 190,0 | 0,4 |
|  | Итого | | | **250,0** | **9,6** | **11,4** | **38,8** | **295,0** | **2,7** |
|  | **Итого за день** | | |  | **51,5** | **49,8** | **174,8** | **1375,2** | **112,0** |