|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **12.07.24** | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |
| 7\4 | Каша рисовая  молочная | | | 180,0 | 2,6 | 3,4 | 31,0 | 166,5 | 0,0 |
|  | вязкая | | |  |  |  |  |  |  |
| 14\10 | Какао с молоком | | | 180 | 3,5 | 3,2 | 20,6 | 121,5 | 0,3 |
| 1\13 | Хлеб пшеничный с маслом | | | 30\7 | 2,3 | 3,0 | 17,3 | 135,4 | 0,0 |
|  | итого | | | 360,0 | **8,4** | **9,6** | **68,9** | **423,4** | **0,3** |
| 10-00 час | Сок или фрукты в ассортименте  100 | | | | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **42,7** | **10,0** |
|  | **Обед** | | |  |  |  |  |  |  |
| 14\1 | Салат из свежих огурцов, | | | 60,0 | 0,5 | 6,0 | 1,8 | 62,5 | 9,5 |
|  | помидор   ( сезон) | | |  |  |  |  |  |  |
| 11\2 | Рассольник с крупой со смет | | | 200,0 | 1,8 | 4,5 | 12,5 | 99,0 | 5,4 |
| 1\9 | Мясо кур отварное | | | 70,0 | 16,5 | 15,6 | 0,1 | 207,0 | 0,7 |
|  | порционное без кости | | |  |  |  |  |  |  |
| 3\3 | Картофельное пюре | | | 65,0 | 1,3 | 1,8 | 8,9 | 58,5 | 4,6 |
| 10\3 | морковь тушеная | | | 65,0 | 0,1 | 2,6 | 5,6 | 49,0 | 1,5 |
| 4\10 | Компот из кураги | | | 200,0 | 0,3 | 0,0 | 18,4 | 71,0 | 50,0 |
|  | 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 | | | **725,0** | **25,1** | **31,1** | **73,4** | **678,6** | **71,7** |
|  | **Полдник** | | |  |  |  |  |  |  |
|  | Булочка " Изюминка" | | | 50,0 | 3,6 | 6,3 | 27,0 | 179,0 | 0,0 |
|  | Кисломолочные продукты |  |  | 180,0 | 5,2 | 5,8 | 7,2 | 104,9 | 0,0 |
|  | в ассортименте | | |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого | | | **230,0** | **8,8** | **12,0** | **34,2** | **283,9** | **0,0** |
|  | **Итого за день** | | |  | **42,8** | **53,1** | **186,3** | **1428,6** | **82,0** |