|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **19.07.24** | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |
| 2\4 | Каша молочная ассорти | | | 200,0 | 5,1 | 5,9 | 24,7 | 172,0 | 0,5 |
|  | ( рис, гречневая крупа) | | |  |  |  |  |  |  |
| 12\10 | Чай с молоком | | | 180,0 | 2,9 | 3,0 | 11,2 | 85,0 | 0,3 |
| 1\13 | Хлеб пшеничный с маслом | | | 30\7 | 2,3 | 3,0 | 17,3 | 135,4 | 0,0 |
|  | Итого | | | **380,0** | **10,3** | **11,9** | **53,2** | **392,4** | **0,8** |
| 10-00 час | Сок или фрукты в ассортименте  100 | | | | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **42,7** | **10,0** |
|  | **Обед** | | |  |  |  |  |  |  |
| 23\1 | Салат из отварной свеклы | | | 60,0 | 0,7 | 4,9 | 3,5 | 61,0 | 1,4 |
|  | с солёным огурцом | | |  |  |  |  |  |  |
|  | Суп картофельный с | | | 200,0 | 2,7 | 4,4 | 16,3 | 117,0 | 5,2 |
| 16\2 | крупой | | |  |  |  |  |  |  |
| 5\9 | Биточки из мяса кур | | | 80,0 | 14,3 | 11,7 | 11,9 | 211,0 | 0,3 |
|  | из куры | | |  |  |  |  |  |  |
| 18\3 | Овощи в молочном соусе | | | 130,0 | 2,7 | 2,4 | 11,4 | 78,8 | 10,6 |
| 15\10 | Напиток из шиповника и кураги | | | 180,0 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 58,8 | 80,1 |
|  | 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 | | | **715,0** | **25,2** | **24,1** | **84,2** | **658,2** | **97,6** |
|  | **Полдник** | | |  |  |  |  |  |  |
|  | Кисломолочные продукты |  |  | 180,0 | 5,2 | 5,8 | 7,2 | 104,9 | 0,0 |
|  | в ассортименте | | |  |  |  |  |  |  |
|  | Пряники | | | 50,0 | 2,5 | 4,7 | 29,2 | 176,0 | 0,0 |
|  | Итого | | | **230,0** | **7,7** | **10,4** | **36,4** | **280,9** | **0,0** |
|  | **Итого за день** | | |  | **43,6** | **46,9** | **183,6** | **1374,2** | **108,4** |