|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **05.11. 24 (17)** | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |
| 2\4 | Каша молочная ассорти | | | 180,0 | 6,1 | 5,6 | 27,1 | 185,4 | 0,4 |
| 11\4 | ( гречневая крупа + пшено) | | |  |  |  |  |  |  |
| 13\10 | Кофейный напиток с | | | 180 | 2,7 | 2,6 | 12,1 | 80,1 | 0,5 |
|  | молоком | | |  |  |  |  |  |  |
| 3\13 | Хлеб пшеничн с сыром |  |  | 35\7 | 4,5 | 2,2 | 16,3 | 103,0 | 0,0 |
|  | Итого | | | **360,0** | **13,3** | **10,4** | **55,5** | **368,5** | **0,9** |
| 10-00 час | Сок или фрукты в ассортименте  100 | | | | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **42,7** | **10,0** |
|  | **Обед** | | |  |  |  |  |  |  |
| 5\1 | Салат из белокачанной | | | 60 | 1,0 | 4,0 | 5,9 | 63,0 | 22,5 |
|  | капусты с морковью | | |  |  |  |  |  |  |
| 2\2 | Борщ со сметаной с мясом | | | 200\10 | 6,0 | 5,1 | 10,5 | 112,0 | 8,7 |
| 4\8 | Плов из мяса говядины                50\150 | | | | 14,2 | 15,8 | 33,2 | 335,4 | 0,9 |
| 6\10 | Компот из сухофруктов |  |  | 200 | 0,5 | 0,0 | 18,3 | 72,0 | 50,2 |
|  |  | | |  |  |  |  |  |  |
|  | 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 | | |  | **26,3** | **25,6** | **94,0** | **714,0** | **82,3** |
|  | **Полдник** | | |  |  |  |  |  |  |
| 12\10 | Чай с молоком |  |  | 180,0 | 2,9 | 3,0 | 11,2 | 85,0 | 0,3 |
| 5\12 | Ватрушка с творогом | | | 65,0 | 8,5 | 8,1 | 26,2 | 212,0 | 0,1 |
|  | Итого | | | **245,0** | **11,4** | **11,1** | **37,4** | **297,0** | **0,4** |
|  | **Итого за день** | | |  | **51,5** | **47,5** | **196,7** | **1422,2** | **93,6** |
|  | | | | | | | | | |