|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **11.11.24 (1)** | | | | | | | |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| 16\4 | Каша молочная ассорти |  |  |  |  |  |  |
|  | (рис, пшено) с маслом слив | 200 | 5,0 | 5,9 | 25,6 | 175,0 | 0,5 |
| 10\10 | Чай | 200 | 0,0 | 0,0 | 9,1 | 35,0 | 0,0 |
| 1\13 | Хлеб пшеничный с маслом | 30\7 | 2,3 | 3,0 | 17,3 | 135,4 | 0,0 |
|  | Итого | **400** | **7,3** | **8,9** | **52,0** | **345,4** | **0,5** |
| 10-00 час | Сок или фрукты в ассортименте  100 | | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **42,7** | **10,0** |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |
| 12\1 | Салат из моркови с изюмом | 60 | 0,8 | 3,0 | 11,8 | 75,0 | 2,2 |
| 2\2 | Борщ со сметаной с мясом | 200\10 | 6,0 | 5,1 | 10,5 | 112,0 | 8,7 |
| 20\8 | Тефтели из мяса говядины | 80 | 11,4 | 9,7 | 7,5 | 163,0 | 1,1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 43\3 | Макаронные изделия отварн | 150 | 5,3 | 3,8 | 32,4 | 188,0 | 0,0 |
| 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 | **555** | **28,6** | **22,2** | **106,6** | **741,6** | **62,2** |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |
|  | Молоко | 180,0 | 5,2 | 5,3 | 8,1 | 100,0 | 1,0 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6\12 | Пирожок с морковью и джемом | 70,0 | 2,2 | 1,6 | 14,4 | 81,0 | 0,2 |
|  | Итого | **250,0** | **7,4** | **6,9** | **22,5** | **181,0** | **1,2** |
|  | **Итого за день** |  | **43,7** | **38,4** | **190,9** | **1310,7** | **73,8** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |