|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **18.11.24 (06)** | | | | | | | | | |
|  | **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  |
| 43 | Макаронные изделия | | | 160,0 | 7,8 | 6,1 | 32,4 | 219,0 | 0,0 |
| 2\3 | отварные с сыром | | |  |  |  |  |  |  |
| 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 | | | **360,0** | **10,1** | **9,1** | **58,8** | **389,4** | **0,0** |
| 10-00 час | Сок или фрукты в ассортименте  100 | | | | **0,4** | **0,4** | **9,8** | **42,7** | **10,0** |
|  | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | |
|  |  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |
| 5\1 | Салат из свежей капусты | | | 60,0 | 1,0 | 4,0 | 5,9 | 63,0 | 22,5 |
| 5\2 | Свекольник со сметаной | | | 200\10 | 1,7 | 4,4 | 11,7 | 93,0 | 5,5 |
|  | с мясом | | | 10,0 | 2,9 | 0,5 | 0,1 | 16,7 | 0,0 |
| 11\8 | Гуляш из мяса говядины | | | 50/50 | 14,9 | 15,7 | 4,7 | 220 | 0,5 |
| 3\3 | Картофельное пюре | | | 150 | 3,1 | 4,2 | 20,6 | 135 | 10,7 |
| 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 | | | **485,0** | **27,7** | **25,5** | **81,5** | **668,3** | **66,8** |
|  | **Полдник** | | |  |  |  |  |  |  |
|  | Кисломолочные продукты |  |  | 200,0 | 5,8 | 6,4 | 8,0 | 116,6 | 0,0 |
|  | в ассортименте | | |  |  |  |  |  |  |
| 454\2010 | Пирожок с картофелем | | | 65,0 | 3,8 | 4,2 | 31,2 | 177,6 | 0,3 |
|  | Итого | | | **265,0** | **9,6** | **10,6** | **39,2** | **294,2** | **0,3** |
|  | **Итого за день** | | |  | **47,7** | **45,6** | **189,3** | **1394,5** | **77,1** |