|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **10.12.2024(2)** | | | | | | | | | | |
|  |  | **Завтрак** | | |  |  |  |  |  |  | |
|  | 08.апр | Каша геркулесовая | | | 200 | 6,4 | 7,4 | 27,2 | 202,0 | 0,4 | |
|  |  | молочная | | |  |  |  |  |  |  | |
|  | 14\10 | Какао с молоком | | | 200 | 3,9 | 3,5 | 22,9 | 135,0 | 0,3 | |
|  | 1\13 | Хлеб пшеничный с маслом | | | 35/7 | 2,7 | 5,4 | 16,4 | 125,2 | 0,0 | |
|  |  | Итого | | |  | 13,0 | 16,3 | 66,5 | 462,2 | 0,7 | |
|  | 10-00 час | Сок или фрукты в ассортименте  100 | | | | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 42,7 | 10,0 | |
|  |  | **Обед** | | |  |  |  |  |  |  | |
|  | 30\1 | Салат из отварн картофеля | | |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | c солёным огурцом | | | 60,0 | 0,8 | 9,0 | 5,5 | 106,0 | 2,5 | |
|  | 14,2 | Суп из овощей | | | 200,0 | 1,5 | 5,2 | 8,3 | 87,0 | 6,9 | |
|  |  | со сметаной с мясом |  |  | 10,0 | 2,9 | 0,5 | 0,1 | 16,7 | 0,0 | |
|  | т т к | Суфле " Рыбка" | | | 150,0 | 20,5 | 17,5 | 14,3 | 297,0 | 0,0 | |
|  | 15\10 | Напиток из шиповника |  |  | 200,0 | 0,2 | 0,1 | 16,7 | 65,0 | 89,0 | |
|  |  | Хлеб пшеничный витамин. |  |  | 35 | 2,3 | 0,2 | 17,2 | 81,6 | 0,0 | |
|  |  | Хлеб ржаной | | | 35 | 2,3 | 0,4 | 11,7 | 60,8 | 0,0 | |
|  |  | Итого | | |  | 30,5 | 33,0 | 73,8 | 714,1 | 98,4 | |
|  |  | **Полдник** | | |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Кисломолочные продукты |  |  | 180,0 | 5,2 | 5,8 | 7,2 | 105,0 | 0,0 | |
|  |  | в ассортименте | | |  |  |  |  |  |  | |
|  |  | Пирожок с яблоками | | | 30,0 | 1,9 | 3,5 | 22,0 | 132,0 | 0,0 | |
|  |  | Итого | | |  | 7,1 | 9,3 | 29,2 | 237,0 | 0,0 | |
|  |  | **Итого за день** | | |  | 51,0 | 59,0 | 179,3 | 1456,0 | 109,1 | |