***11 июня***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Завтрак 1** | **Вес блюда** | **Б** | **Ж** | **У** | **Ккал** |
| Каша рисовая молочная (жидкая) | 200 | 7,1 | 3,7 | 30,2 | 246,1 |
| Кофейный напиток с молоком  | 180 | 2,3 | 3,0 | 12,4 | 76 |
| Бутерброд с маслом  | 40/10 | 4,3 | 9,5 | 17,5 | 142,5 |
| **Завтрак 2** |  |  |  |  |  |
| Яблоко | 100 | 0,4 | 0 | 11,3 | 46 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |
| Огурец свежий | 40 | 0,3 | 0 | 1,2 | 6 |
| Суп щи со сметаной  | 180 | 2,2 | 7,5 | 12,4 | 118,2 |
| Котлета мясная  | 70 | 13,5 | 9,1 | 16,3 | 182,3 |
| Картофельное пюре  | 130 | 4,0 | 4,2 | 30,4 | 188,3 |
| Соус томатный | 30 | 1,6 | 2,6 | 9,6 | 12,02 |
| Компот из сухофруктов  | 180 | 1,2 | 0,2 | 20,1 | 102,1 |
| Хлеб ржаной  | 50 | 4 | 0,6 | 20,1 | 95 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  Снежок | 220 | 5,1 | 4 | 7 | 121 |