|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **12.03.2025**  **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | | |
|  | |
| **граммы** | **ккал** |
| **завтрак** | Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным | 200 | 159,0 |
| Бутерброд с джемом | 20/20 | 97,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 42,0 |
| **2-й завтрак** | Напиток из шиповника | 180 | 91,0 |
| **обед** | Салат « Степной» из разных овощей | 60 | 56,0 |
| Рассольник Ленинградский с мясом без сметаны | 180/10 | 108,0 |
| Котлета рыбные любительские | 70 | 144,0 |
| Картофель толченный по- деревенски | 150 | 172,0 |
| Компот из свежих плодов | 200 | 81,0 |
| Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной | 20  30 | 39,0  52,0 |
| **полдник** | Мучное изделия промышленного производства | 50 | 149,0 |
| Сок в ассортименте | 200 | 89,0 |
| **ужин** | Гуляш из мяса птицы | 70 | 133,0 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 203 |
| Чай с сахаром | 180 | 42,0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 34,0 |