С 3 до 7 с аллергией

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **31.07.2025**  **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | | |
|  | |
| **граммы** | **ккал** |
| **завтрак** | Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным | 200 | 159,0 |
| Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства | 15 | 82,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 42,0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 35,0 |
| **2-й завтрак** | Сок в ассортименте | 180 | 91,0 |
| **обед** | Винегрет овощной | 60 | 70,0 |
| Суп – лапша, с курицей | 180/10 | 125,0 |
| Шницель из мяса | 70 | 149,0 |
| Овощи, припущенные с маслом растительным | 150 | 112,0 |
| Компот из кураги | 180 | 67,0 |
| Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной | 20  30 | 39,0  52,0 |
| **полдник** | Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства | 50 | 157,0 |
| Сок в ассортименте | 200 | 89,0 |
| **ужин** | Запеканка картофельная с мясом отварным | 200 | 285,0 |
| Чай со смородиной и сахаром | 200 | 52,0 |
| Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной | 20  20 | 39,0  34,0 |