С 3 до 7

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **28.07.2025**  **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | | |
|  | |
| **граммы** | **ккал** |
| **завтрак** | Каша пшеничная жидкая | 200 | 199,0 |
| Бутерброд с сыром | 20/15 | 83,0 |
| Чай с сахаром | 180 | 42,0 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 29,0 |
| **2-й завтрак** | Напиток из сухофруктов | 180 | 91,0 |
| **обед** | Салат «Степной» из разных овощей | 60 | 49,0 |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180/15 | 109,0 |
| Котлета домашняя из говядины ,запеченная с соусом сметанным с томатом | 70\30 | 146,0 |
| Рис припущенный | 150 | 129,0 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 81,0 |
| Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной | 20  50 | 39,0  86,0 |
| **полдник** | Мучное изделия промышленного производства | 50 | 140,0 |
| Фрукт в ассортименте | 100 | 55,0 |
| Молоко питьевое кипяченое | 200 | 118,0 |
| **ужин** | Запеканка «Царская» из творога со сгущенным молоком | 200 | 297,0 |
| Чай с сахаром | 180 | 92,0 |