С 3 до 7 аллергики

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **28.07.2025**  **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | | |
|  | |
| **граммы** | **ккал** |
| **завтрак** | Каша пшеничная жидкая на воде с маслом растительным | 200 | 161,0 |
| Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства | 40 | 141,0 |
| 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 | 117,0 |
| Котлета домашняя, запеченная | 70 | 145,0 |
| Рис припущенный | 150 | 146,0 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 81,0 |
| Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной | 10  50 | 19,0  86,0 |
| **полдник** | Мучное изделие без содержания молочных продуктов промышленного производства | 50 | 148,0 |
| Фрукт в ассортименте | 100 | 55,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 42,0 |
| **ужин** | Фрикадельки из кур припущеннные | 70 | 141,0 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 203,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 42,0 |
| Хлеб ржаной | 10 | 17,0 |