С 3 до 7

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **30.07.2025**  **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | | |
|  | |
| **граммы** | **ккал** |
| **завтрак** | Суп молочный с крупой | 200 | 176,0 |
| Бутерброд с джемом или вареньем | 20/20 | 97,0 |
| Кофейный напиток | 200 | 91,0 |
| **2-й завтрак** | Напиток из шипвника | 180 | 91,0 |
| **обед** | Салат из свежих помидоров | 60 | 56,0 |
| Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 180/10/5 | 108,0 |
| Котлеты рыбные любительские | 80 | 144,0 |
| Пюре картофельное | 150 | 143,0 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 81,0 |
| Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной | 20  30 | 39,0  52,0 |
| **полдник** | Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 50 | 158,0 |
| Молоко питьевое кипяченное | 200 | 118,0 |
| **ужин** | Плов из птицы | 200 | 269,0 |
| Чай с молоком сгущенным | 180 | 92,0 |
| Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной | 10  10 | 19,0  17,0 |