|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **31.07.2025**  **Приём пищи** | **Наименование блюда** | **Масса порции** | | |
|  | |
| **граммы** | **ккал** |
| **завтрак** | Омлет натуральный с подгарнировкой | 130/70 | 156,0 |
| Бутерброд с сыром | 15/10 | 75,2 |
| Чай с сахаром | 180 | 42,0 |
| **2-й завтрак** | Сок в ассортименте | 150 | 69,0 |
| **обед** | Винегрет овощной | 40 | 44,0 |
| Суп-лапша домашняя, с курицей | 150/10 | 99,0 |
| Шницель из мясо | 50 | 106,0 |
| Овощи припущенные в сметане | 120 | 173,0 |
| Компот из кураги | 150 | 52,0 |
| Хлеб пшеничный  Хлеб ржаной | 20  30 | 39,0  51,0 |
| **полдник** | Булочка «Нежная» | 50 | 155,0 |
| Кисломолочный напиток в ассортименте | 150 | 66,0 |
| **ужин** | Запеканка картофельная с мясом отварным | 180 | 204,0 |
| Чай со смородиной и сахаром | 180/10 | 48,0 |
| Хлеб ржаной | 10 | 17,0 |