|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **19 ИЮНЯ 2025г** | | | | |
| Наименование блюд | Вес (масса) в граммах | | Калорийность (ккал.) | |
| от 1 до 3-х | от 3-х до 7 | от 1 до 3-х | от 3-х до 7 |
| **ЗАВТРАК** | | | | |
| Каша пшеничная молочная | 150 | 180 | 147,0 | 157,0 |
| Чай с молоком | 180 | 200 | 78,4 | 87,0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 36,0 | 42,0 |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК-** | | | | |
| Снежок | 155 | 155 | 125,0 | 125,0 |
| **ОБЕД** | | | | |
| Борщ со сметаной | 150 | 200 | 80,0 | 110,7 |
| Биточки рыбные | 50 | 70 | 99,0 | 102,0 |
| Картофельное пюре. Огурец соленый | 140/30 | 150/40 | 141/12,0 | 151,0/12,0 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 15/20 | 20/30 | 36,0/48,0 | 41,0/61,5 |
| Напиток из шиповника | 150 | 180 | 57,3 | 69,0 |
| **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** | | | | |
| Фрукты | 100 | 100 | 45,0 | 45,0 |
| Пудинг из творога. Джем | 130/40 | 150/50 | 250,0 | 295,0 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 15 | 30,8 | 30,8 |
| Чай каркаде | 180 | 200 | 88,0 | 98,0 |

