|  |
| --- |
| **20 ИЮНЯ 2025 г** |
| 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** |
| Суп молочный с гречкой | 180 | 230 | 94,0 | 120,1 |
| Какао с молоком | 180 | 200 | 106,2 | 118,0 |
| Батон с маслом, сыром | 20/4/4 | 30/6/6 | 64,4 | 99,6 |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК-** |
| Йогурт | 155 | 155 | 45,0 | 45,0 |
| **ОБЕД** |
| Суп картофельный с рисом | 150 | 200 | 95,0 | 108,0 |
| Печень по-строгановски | 50/20 | 70/30 | 115,0 | 125,0 |
| Отв.гречка | 110 | 130 | 145,0 | 155,0 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 10/15 | 30/35 | 24,0/36,0 | 61,5/71,8 |
| Компот ассорти | 150 | 180 | 135,0 | 147,0 |
| **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |
| Фрукты | 100 | 100 | 45,0 | 45,0 |
| Рыба, запечённая в омлете. Салат из помидор  | 50/50/30 | 70/50/50 | 133,0/15,0 | 144,0/17,0 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 10 | 24,0 | 24,0 |
| Чай. Зефир | 150/30 | 180/30 | 55,0 | 65,0 |

