|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **26 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** | | | | |
| Омлет. Помидор свежий | 105/30 | 140/50 | 175,6/12,0 | 234,1/15,0 |
| Чай п/сладкий | 180 | 200 | 23,8 | 28,0 |
| Батон | 20 | 30 | 59,2 | 76,3 |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК-** | | | | |
| Сок | 150 | 150 | 75,0 | 75,0 |
| **ОБЕД** | | | | |
| Суп лапша | 150 | 200 | 95,3 | 127,1 |
| Тефтели из говядины. Картофельное пюре | 60/140 | 70/150 | 214,7 | 269,0 |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 10/15 | 10/20 | 24,0/36,0 | 20,5/41,0 |
| Компот из вишни | 150 | 180 | 77,0 | 97,0 |
| **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** | | | | |
| Фрукты | 100 | 100 | 47,0 | 47,0 |
| Расстегай с рыбой | 60 | 80 | 122,4 | 145,5 |
| Салат из кукурузы с яйцом | 35 | 50 | 14,0 | 16,0 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 15 | 36,0 | 36,0 |
| Чай с молоком | 180 | 180 | 50,4 | 50,4 |

