

|  |
| --- |
| **09 июля 2025 г** |
| **Наименование блюд** | **от 1 до 3-х лет** | **от 3-х до 7 лет** |
| **Вес (масса) в граммах** | **Калорийность (ккал.)** | **Вес (масса) в граммах** | **Калорийность (ккал.)** |
| **ЗАВТРАК** |
| Омлет натуральный | 105,0 | 172,3 | 105,0 | 172,3 |
| Батон | 20,0 | 52,4 | 30,0 | 78,6 |
| Чай полусладкий | 180,0 | 24,3 | 190,0 | 25,6 |
| Йогурт  | 70,0 | 63,0 | 110,0 | 99,0 |
| **ВТОРОЙ ЗАВТРАК** |
| Сок  | 150,0 | 72,0 | 150,0 | 72,0 |
| **ОБЕД** |
| Помидор свежий | 30,0 | 7,2 | 50,0 | 12,0 |
| Лапша домашняя | 150,0 | 86,1 | 200,0 | 114,8 |
| Рулет из говядины соус | 60/5,0 | 137,3 | 70/5,0 | 157,0 |
| Картофельное пюре  | 110,0 | 107,2 | 130,0 | 126,7 |
| Хлеб  | 20/20 | 53,2/40,2 | 20/30 | 53,2/60,3 |
| Напиток апельсиновый  | 160,0 | 61,3 | 180,0 | 69,0 |
| **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |
| Салат кукуруза, яйцо | 30,0 | 48,0 | 50,0 | 80,0 |
| Расстегай рыбный | 70,0 | 195,7 | 75,0 | 209,7 |
| Чай с молоком  | 150,0 | 65,3 | 200,0 | 87,0 |
| Абрикосы  | 100,0 | 44,0 | 100,0 | 44,0 |
| Снежок  | 90,0 | 63,0 | 120,0 | 94,8 |