|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  «\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2025г |  |  |  |  |  |  |
| Приём пищи | Наименование блюда | Выход блюда |
|   |   |   |
| **1 неделя День первый** |   |
| **Завтрак 1** | Масло сливочное | 10 |
| Печенье  | 25 |
| Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5 |
| Кофейный напиток с молоком  | 180 |
|  | ***400*** |
| **Завтрак 2** | Сок | 180 |
|  | ***180*** |
| **Обед** | Суп овощной на мясном бульоне со сметаной  | 200 |
| Каша гречневая рассыпчатая  | 130 |
| Гуляш из отварного мяса  | 70 |
| Напиток из ягод с/м | 180 |
| Хлеб ржаной | 45 |
|  | ***625*** |
| **Уплотнённый полдник** | Омлет натуральный с зеленым горошком  | 150/15 |
| Сыр порционный | 10 |
| Чай с низким содержанием сахара  | 180 |
| Хлеб пшеничный | 30 |
|  | ***385*** |
|  | **1590** |