



**Е.В. Саломатова**

| Наименование блюда                           | Масса порции (г.) | Калорийность порции (ккал) |
|----------------------------------------------|-------------------|----------------------------|
| 2 неделя 2 день (1-3 года)                   |                   |                            |
| Завтрак                                      |                   |                            |
| Каша вязкая рисовая молочная                 | 150               | 180                        |
| Хлеб пшеничный                               | 35                | 45                         |
| Масло сливочное                              | 5                 | 6                          |
| Чай с сахаром                                | 160               | 180                        |
| Итого за завтрак                             | 350               | 411                        |
| 2 Завтрак                                    |                   |                            |
| Сок в ассортименте                           | 150/180           | 70/95                      |
| Обед                                         |                   |                            |
| Рассольник Ленинградский, с мясом и сметаной | 180               | 180                        |
| Гуляш с мясом                                | 50                | 70                         |
| Каша гречневая рассыпчатая                   | 110               | 130                        |
| Хлеб пшеничный/ружаной                       | 45/20             | 65/20                      |
| Компот из сухофруктов                        | 150               | 180                        |
| Итого за обед                                | 555               | 645                        |
| Ужин                                         |                   |                            |
| Булочка домашняя                             | 70                | 80                         |
| Чай с сахаром                                | 150               | 180                        |
| Итого за полдник                             | 220               | 260                        |
| Итого за день                                | 1275              | 1496                       |