

МЕНЮ на 27.01.2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша рисовая жидкая молочная	150/180	138,4/166,1
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	30/5 40/10	105,2/127,6
Итого:	365/430	321/379,7
2 – ой ЗАВТРАК		
Яблоко	105	47,8
Итого:	105	47,8
ОБЕД		
Салат из квашеной капусты	40/60	11/12
Рассольник домашний на м/к/б со сметаной	160/210	90/98,6
каша гречневая рассыпчатая	110/130	171,38/202,54
соус красный	20	14,1
котлета мясная	50/70	114,3/160,1
Компот из с/ф с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	94,25/117,8
Итого:	570/720	545,63/686,14
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180/220	103,3/150,8
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	163,5/215
УЖИН		
Запеканка творожная	130/150	157,9/182,19
Соус молочный натуральный	50/90	59,6/153,5
Какао с молоком	200/220	95/104,5
Хлеб пшеничный	20	60,2
Итого:	400/480	372,7/500,39
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1450,63/1829,03

Ответственный

Е.С. Антонова

Антонова Е.С.