

МЕНЮ на 03.03. 2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша Дружба жидкая молочная	150/160	150,7/171,2
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	20/5 30/10	105,2/127,6
Итого:	355/400	333,2/384,8
2 – ой ЗАВТРАК		
Сок яблочный	150/180	75,01/90,1
Итого:	150/180	75,01/90,1
ОБЕД		
Помидор соленый	30/50	19,5/20,5
Свекольник на м/к/б со сметаной	150/180	90/98,6
каша гречневая рассыпчатая	110/130	151,38/202,54
Бефстроганов из отварной говядины	60/80	125,5/167,5
Компот из свежих яблок с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	94,25/117,8
Итого:	540/670	531,23/687,94
ПОЛДНИК		
Кефир	180/220	125,5/151
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	185,7/215,2
УЖИН		
Запеканка творожная	130	157,9
Соус молочный натуральный	50/90	59,6/153,5
Какао с молоком	200/220	95/104,5
Хлеб пшеничный	20	60,2
Итого:	400/460	372,7/476,1
<i>соль поваренная пищевая йодированная 3/5</i>		
Итого за день ккал		1497,84/1854,13

Ответственный  Антонова Е.С.