

МЕНЮ на 10.02.2026

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		
Сок яблочный	150/180	75,01/90,1
Итого:	150/180	75,01/90,1
ОБЕД		
Салат из квашеной капусты	40/60	11/12
Рассольник домашний со сметаной	150/210	80/98,6
каша гречневая рассыпчатая	110/130	171,38/202,54
соус красный	20	14,1
котлета мясная (свинина)	50/70	107,15/150,01
Компот из с/ф с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	94,25/117,8
Итого:	560/720	528,48/676,05
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	130/150	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		1472,88/1861,44

Ответственный Б/А Антонова Е.С.