

МЕНЮ на 12.03.2026.

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша манная жидкая молочная	150/180	156,84/186,3
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом с сыром	20/5 30/10 15	105,2/127,6
Итого:	355/420	339,44/399,9
2 – ой ЗАВТРАК		
яблоко	105	47,8
Итого:	105	47,8
ОБЕД		
Салат из квашеной капусты	40/60	11/12
Суп картофельный на к/б со сметаной	160/210	68,8/86
Рис отварной	130/150	162,8/203,5
Гуляш из отварного мяса кур	60/80	92,3/123,1
Компот из с/ф с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	580/730	460,9/599,85
ПОЛДНИК		
Кефир	180/220	125,5/151
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	185,7/215,2
УЖИН		
сырники творожные	100/140	130,1/182,1
Соус фруктовый	50/90	59,6/153,5
Какао с молоком	200/220	95/104,5
Хлеб пшеничный	20	60,2
Итого:	400/480	344,9/500,3
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1378,75/1763,05

Ответственный  Антонова Е.С.