

МЕНЮ на 19.03.2026.

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша пшенная жидкая молочная	150/200	206,2/274,9
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	20/5 30/10	105,2/127,6
Итого:	355/425	388,8/488,5
2 – ой ЗАВТРАК		
банан	105	47,8
Итого:	105	47,8
ОБЕД		
Салат из квашеной капусты	40/60	11/12
Рассольник домашний на к/б со сметаной	160/210	90/98,6
Картофельное пюре	110/130	102/120,5
котлета из курицы	60/70	101,12/119,4
Компот из с/ф с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	560/700	430,1/528,75
ПОЛДНИК		
Кефир	180/210	125,5/151
Пряник	40	134
Итого:	220/250	259,5/285
УЖИН		
Запеканка творожная	130/150	157,9/182,19
Соус фруктовый	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		1498,9/1850,44

Ответственный Е.С. Антонова Антонова Е.С.