

МЕНЮ на 24.03.2026.

| наименование блюда | масса | ккал |
|--|------------------|-----------------------|
| ЗАВТРАК | | |
| Каша рисовая жидкая молочная | 150/180 | 138,4/186,87 |
| Чай с сахаром | 180/210 | 19,6/32,9 |
| Хлеб пшеничный с маслом с сыром | 20/5 30/10 10/15 | 105,2/127,6 |
| Итого: | 365/445 | 263,2/347,37 |
| 2 – ой ЗАВТРАК | | |
| яблоко | 105 | 47,8 |
| Итого: | 105 | 47,8 |
| ОБЕД | | |
| Помидор консервированный | 40/60 | 19,5/20,5 |
| Суп с зеленым горошком со сметаной | 160/210 | 108,58/126,6 |
| Жаркое по домашнему (свинина) | 160/200 | 190,8/320,39 |
| Сок яблочный | 180/200 | 50,01/55,5 |
| Хлеб ржаной | 40/50 | 75,4/94,25 |
| Итого: | 550/720 | 444,29/617,24 |
| 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 | 50/70 | 59,6/119,2 |
| Какао с молоком | 200/220 | 95/104,5 |
| Хлеб пшеничный | 20/30 | 60,2/90,3 |
| Итого: | 400/480 | 372,7/496,19 |
| соль поваренная пищевая йодированная 3/5 | | |
| Итого за день ккал | | 1313,69/1723,8 |

Ответственный Е.С. Антонова Антонова Е.С.