

МЕНЮ на 12.01.2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Макароны отварные с овощами	140/170	156,1/195,1
Чай с сахаром	180/210	19,6/32,9
Хлеб пшеничный с маслом	30/5 40/10	105,2/127,6
Итого:	355/430	280,8/355,6
2 – ой ЗАВТРАК		
Сок яблочно- виноградный	150/180	75,01/90,1
Итого:	150/180	75,01/90,1
ОБЕД		
Салат из квашеной капусты	40/60	11/12
суп овощной	150/200	49,9/68,6
картофельное пюре	130/160	145,7/179,4
оладьи из печени	60/80	140,6/187,4
Компот из с/ф с вит С	150/180	50,6/81
Хлеб ржаной	40/50	94,25/117,8
Итого:	550/700	492,05/646,2
ПОЛДНИК		
молоко кипяченое	180/220	103,3/150,8
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	163,5/215
УЖИН		
Каша молочная геркулесовая	170/210	197,3/276,22
Какао с молоком	200/220	95/104,5
Хлеб пшеничный	30/40	60,2/64,2
Итого:	400/470	352,5/444,92
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1363,86/1751,82

 Ответственный  Антонова Е.С.