



МЕНЮ на 23.01.2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
Каша жидкая гречневая молочная	150/200	140,5/187,4
Кофейный напиток с молоком	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	20/5 20/10	105,2/127,6
Итого:	355/430	323,1/401
2 – ой ЗАВТРАК		
Апельсин	125	90,1
Итого:	125	90,1
ОБЕД		
Суп с клецками на м /к/б со сметаной	150/180	154,8/175,5
Капуста тушеная с мясом говядины	160/200	254,6/318,25
Компот из с/ф с витамин С	150/200	14,9/19,8
Хлеб ржаной	40/50	75,4/94,25
Итого:	500/630	499,7/607,8
ПОЛДНИК		
Молоко кипяченое	180/220	103,3/150,8
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	200/250	163,5/215
УЖИН		
Тефтели рыбные	60/90	174,05/261,5
Яйцо	40	59,6
Икра кабачковая	80/90	54/60,75
Чай сахаром	200/210	19,1/20,1
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	400/460	366,95/466,15
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1442,4/1780,02

Ответственный Е.С. Антонова **Антонова Е.С.**