

МЕНЮ на 31.03.2026

наименование блюда	масса	ккал
ЗАВТРАК		
каша Дружба жидкая молочная	150/200	160,7/225,6
чай	180/200	77,4/86
Хлеб пшеничный с маслом	20/5 30/10	105,2/127,6
Итого:	355/410	343,2/439,2
2 – ой ЗАВТРАК		
Сок яблочный	150/180	75,01/90,1
Итого:	150/180	75,01/90,1
ОБЕД		
Огурец соленый	30/50	30/50
Свекольник на к/б со сметаной	150/180	49,2/57,4
Макароны отварные	120/150	133,7/176,8
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	94,25/117,8
Итого:	550/680	458,9/602,4
ПОЛДНИК		
Кефир	180	125,5
печенье	20/40	83,4/166,8
яблоко	105	47,8
Итого:	305/325	256,7/340,1
УЖИН		
рагу овощное	150/170	132,9/150,62
Яйцо	40	59,6
Кисель	200/210	20,1/22
Хлеб пшеничный	20/30	60,2/64,2
Итого:	410/450	272,8/296,42
соль поваренная пищевая йодированная 3/5		
Итого за день ккал		1406,61/1768,22

Ответственный  Антонова Е.С.