

МЕНЮ на 12 МАРТА 2026



прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша дружба с маслом	160	220	202,8	234,3
	кофейный напиток на молоке	150	200	70	93
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	масло сливочное	5	8	33,1	52,96
итого		345	468	373,7	470,66
2-й завтрак	сок	150	200	74	98,67
итого		150	200	74	98,67
обед	суп картофельный с фасолью и курицей	150	200	163	208
	суфле рыбное	150	190	238	242
	кукуруза консервированная	40	60	16	18
	лимонный напиток	150	200	42	44
	хлеб ржаной	40	50	66	72
итого		530	700	525	584
полдник	вафли	40	50	192	240
	кисель из варенья	150	200	67,05	89,4
итого		190	250	259,05	329,4
ужин	рагу овощное с маслом слив	180	200	144	158
	чай сладкий	190	210	36	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
итого		400	450	247,8	288,4
итого за день		1615	2068	1479,55	1771,13