

**МЕНЮ на 06 МАЯ 2026**

прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	запеканка из творога	130	180	320,67	421,6
	соус сметанный	30	30	22,2	22,2
	какао на молоке	180	200	89	118,67
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	масло сливочное	5	8	33,1	52,96
<b>ИТОГО</b>		<b>375</b>	<b>458</b>	<b>532,77</b>	<b>705,83</b>
обед	свекольник на курином б-не со сметаной	150	200	62,49	83,3
	азу из кур	70	85	109	130
	греча с маслом слив	100	150	162	243
	компот курага, изюм	150	180	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
<b>ИТОГО</b>		<b>510</b>	<b>665</b>	<b>492,96</b>	<b>662,7</b>
полдник	бутерброд с джемом	45	60	170,8	213,5
	чай сладкий	190	200	36	40
<b>ИТОГО</b>		<b>235</b>	<b>260</b>	<b>206,8</b>	<b>253,5</b>
ужин	каша пшеничная мол.с маслом слив	180	210	153	202,65
	чай сладкий	190	200	36	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
<b>ИТОГО</b>		<b>400</b>	<b>450</b>	<b>256,8</b>	<b>333,05</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1520</b>	<b>1833</b>	<b>1489,33</b>	<b>1955,08</b>