

# Меню на 05.02.2026

утверждаю **Е.А. Панина**

## ЗАВТРАК

|                         | Выход<br>блюдов | ккал          |
|-------------------------|-----------------|---------------|
| Каша пшеничная молочная | 150/200/4/5     | 183,75/245    |
| Хлеб пшеничный с маслом | 35/50/10        | 148,6/183,86  |
| Чай с сахаром           | 150/200         | 30/43         |
|                         |                 | 362,35/471,86 |

## ОБЕД

|                                              |              |                 |
|----------------------------------------------|--------------|-----------------|
| Салат из зеленого горошка с луком репчатым   | 40/60        | 46/67           |
| Борщ со сметаной                             | 200/250      | 109,52/136,9    |
| Макароны отварные с маслом и куриным гуляшом | 100/150/5/45 | 146,9/204,3/168 |
| Компот из сухофруктов                        | 150/200      | 93/124          |
| Хлеб ржаной                                  | 40/50        | 67,6/84,5       |
|                                              |              | 631,02/784,7    |

## ПОЛДНИК

|                            |         |               |
|----------------------------|---------|---------------|
| Каша гречневая рассыпчатая | 150/200 | 202,0/303,0   |
| Печенье                    | 10/20   | 49,32/98,65   |
| Какао – напиток            | 150/200 | 142,5/190,0   |
|                            |         | 393,82/591,65 |

Итого:

1387,19/1848,21