

Меню на 19.06.2026

утверждаю **Е. А. Панина**



ЗАВТРАК	Выход блюда	ккал
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	160/170	* 315,25/359,50
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	35/50/10	148,6/183,86
Чай с сахаром	150/200	30/43
		493,85/586,36

II ЗАВТРАК

Кисломолочный напиток «Снежок»	100	117
--------------------------------	-----	-----

ОБЕД

Суп - уха с рисом	200/250	112,8/150,3
Гороховое пюре с запеченными рыбными биточками	100/150/60/70	194,06/291,09/106,06/119,72
Компот из сухофруктов	150/200	93/124
Хлеб ржаной	40/50	67,6/84,5
		573,52/769,61

ПОЛДНИК

Яйцо отварное	43	165
Хлеб пшеничный	35/50	82,6/117,86
Чай с сахаром	150/200	30/43
		277,6/325,86

Итого:

1461,97/1798,83