

Меню на 13.08.2026 / утверждаю Е.А. Панина

ЗАВТРАК

	Выход блюда	ккал
Каша вязкая ячневая молочная	150/200	153/204
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	35/50/10	148,6/183,86
Чай с сахаром	150/200	30/43
		331,6/430,86

II ЗАВТРАК

Сок	100	42,22
-----	-----	-------

ОБЕД

Салат из огурцов с растительным маслом	45/60	34,781/46,374
Суп картофельный с пшеном со сметаной	180/200/5	86,5/93,2/8,1
Каша гречневая рассыпчатая с томатным соусом и рыбными запеченными биточками	150/200/50/60/70	202,0/303,0/33,45 /106,06/119,72
Компот из яблок	150/180	73,20/97,60
Хлеб ржаной	40/50	67,6/84,5
		611,691/785,944

ПОЛДНИК

Омлет	120	186,02
Хлеб пшеничный	35/50	82,6/117,86
Кофейный напиток	150/200	77,625/103,5
		346,245/40 7,38

Итого: 1331,756/1666,404