

Завтрак



Полдник



Второй завтрак



Ужин



Обед



Второй ужин



МЕНЮ									
12 марта 2026									
№ п/п	Наименование блюда	Масса порции	Энерг. ценность	Масса порции	Энерг. ценность	Масса порции	Энерг. ценность	Масса порции	Энерг. ценность
Завтрак									
1	Бутерброд с сыром	120 г	375	100 г	312	150 г	468	180 г	540
2	Чай с сахаром	100 г	172	100 г	172	100 г	172	100 г	172
3	Сладкий напиток	100 г	95	200 г	190	200 г	190	200 г	190
4	Фрукты	50 г	180	100 г	360	100 г	360	100 г	360
5	Сладкий напиток	0	0	0	0	20	36	20	36
6	Сладкий напиток	0	0	0	0	20	36	20	36
Второй завтрак									
7	Чай	100	172	200	344	200	344	200	344
Горючий обед									
8	Пюре картофельное	60	20	80	26	100	34	120	40
9	Рисовый суп с овощами	200/5	112	250/5	120	250/5	120	250/5	120
10	Пюре картофельное	70	145	180	206	120	249	120	249
11	Пюре картофельное	130	115	180	165	180	165	180	165
12	Компот из фруктов	100	87	200	174	200	174	200	174
13	Сладкий напиток	40	47	50	58	60	69	60	69
14	Сладкий напиток	40	47	50	58	60	69	60	69
Вечерний ужин									
15	Пюре картофельное	100	206	120	249	150	344	150	344
16	Чай с сахаром	100	172	200	344	200	344	200	344
Ужин									
17	Салат из овощей	60	41	80	54	100	68	120	79
18	Пюре картофельное	200	273	240	357	300	428	300	428
19	Чай с сахаром	200/5	42	250/5	42	250/5	42	250/5	42
20	Сладкий напиток	10	20	20	41	40	81	40	81
Второй ужин									
21	Чай	100	172	0	0	200	0	200	0
22	Чай	10	16	20	30	30	50	30	50

Варвар

Сотв. по списку работ

Варунова С.В.

Кобелева О.В.



Приятного аппетита!