

02.
06.
2026

	Вес	Калорийность	Вес	Калорийность
Завтрак				
1.Каша пшеничная вязкая	140	146,9	170	164,2
2.Какао с молоком	180	85,1	200	94,5
3.Печенье с маслом	30,5	162,5	40,10	214,7
4.Сыр (порциями)	4	14,1	6	21,2
Второй завтрак				
Сок яблочный	100	45	100	45
Обед				
1.Суп картофельный с рыбой	150	101,7	180	134,9
2.Котлеты из мяса птицы	50	183	70	256,4
3.Каша гречневая рассыпчатая	110	148,8	130	175,8
4.Салат «Витаминный» (отварной)	30	32,1	50	53,6
5.Компот из смеси сухофруктов	150	23,2	180	26,3
6.Хлеб ржаной	40	81,6	50	102,0
Полдник				
1.Пудинг из творога со сметаной	150, 10	349,9	160,5	349,9
2.Морковь тертая (отварная)	30	22,1	60	37,2
3.Кисель	180	32,5	200	36
4.Хлеб пшеничный	30	142,2	30	142,2
Ужин				
1.Молоко кипяченое	150	91,5	200	122
2.Крендель сахарный	50	191,4	50	191,4
Итого				
		1489,8		1892,5

Заведующий

/О.И.Фомина