



МЕНЮ на 18 марта 2026 год

Завтрак

- 1. Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180/6
- 2. Какао с молоком 180/6
- 3. Бутерброд с маслом сливочным 30/5

Завтрак № 2 10.00

- 1. Сок 200

Обед

- 1. Вингерет овощной 60 гр
- 2. Щи со свежей капустой с картофелем с мясными фрикадельками со сметаной 180/10/7
- 3. Тефтели мясные в томатном соусе 60/20
- 4. Каша гречневая с маслом сливочным 130/3
- 5. Компот из урюка 180
- 6. Хлеб пшеничный, ржаной 30/45

Полдник

- 1. Ряженка 180
- 2. Сушки 20

Ужин

- 1. Пудинг творожный с повидлом 130/20
- 2. Чай с сахаром 180/6

Белки	Жиры	Углеводы	Калории
63,07	59,29	248,71	1789,01



МЕНЮ на 18 марта 2026 год

Завтрак

- 1. Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 140/3
- 2. Какао с молоком 180/6
- 3. Бутерброд с маслом сливочным 30/5

Завтрак № 2 10.00

- 1. Сок 200

Обед

- 1. Вингерет овощной 50 гр
- 2. Щи со свежей капустой с картофелем с мясными фрикадельками со сметаной 150/5/7
- 3. Тефтели мясные в томатном соусе 45/15
- 4. Каша гречневая с маслом сливочным 110/2
- 5. Компот из урюка 150
- 6. Хлеб пшеничный, ржаной 20/35

Полдник

- 1. Ряженка 150
- 2. Сушки 20

Ужин

- 1. Пудинг творожный с повидлом 110/20
- 2. Чай с сахаром 150/5

Белки	Жиры	Углеводы	Калории
55,41	47,63	216,45	1523,31