

Утверждаю:  
директор Прогимназии № 14  
Е.В. Безрукова

## Меню на 13 марта 2026

№ рец	Название блюд	Выход	Д/с
		Блюда	Энергет Ценность
<b>Завтрак</b>			
7Д	Каша Дружба молочная с маслом сливочным	180/3	215,8
3	Бутерброд с сыром ,маслом сливочным	30/5/5.	128,77
413	Чай с молоком сахаром	180/6	75,76
<b>2 завтрак</b>			
420	Фрукт	100	
<b>Обед</b>			
46	Салат из свежей капусты с морковью	60	52,44
147	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180/20	104,08
569	Биточки домашние	70	154,76
180	Макаронные изделия отварные ,с маслом сливочным	130/3	165,79
394	Кисель	180	75,24
Таб6	Хлеб ржаной	45	89,19
Таб			
6	Хлеб пшеничный	30	70,5
<b>Уплотненный полдник</b>			
421	Кисломолочный напиток -катык	180	92
234	Омлет натуральный	150	289
399	Напиток из шиповника	180/6	31,38
399	Кондитерское изделие -вафли	20	108,5
Таб			
6	Хлеб пшеничный	30	70,5

