

Утверждаю:  
директор Прогимназии №14  
Е.В. Безрукова

## Меню на 16 марта 2026

| Меню на 16 марта 2026 |                                                         |         | Д/с      |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|---------|----------|
| №<br>реп              | Блюдо                                                   | Выход   | Энергет  |
|                       |                                                         | Блюда   | Ценность |
| Завтрак               |                                                         |         |          |
| 1 Д                   | Каша ячневая молочная с маслом сливочным                | 180/3   | 214,8    |
| 105                   | Бутерброд с маслом сливочным                            | 30/5.   | 111,68   |
| 416                   | Кофейный напиток с молоком                              | 180/6   | 74,58    |
| 2 завтрак             |                                                         |         |          |
| 418                   | Сок                                                     | 200     | 84,8     |
| Обед                  |                                                         |         |          |
| 42.                   | Салат из свеклы с яблоками                              | 60      | 46       |
| 86                    | Суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из индейки | 180/7   | 61,74    |
| 753                   | Индейка тушеная с овощами по татарски                   | 40/40   | 150,93   |
| 339                   | Пюре картофельное                                       | 130/3   | 128,1    |
| 342                   | Компот из урюка                                         | 180     | 2,44     |
| Таб6                  | Хлеб пшеничный                                          | 25      | 58,75    |
| Таб6                  | Хлеб ржаной                                             | 45      | 89,19    |
| Уплотненный полдник   |                                                         |         |          |
| 420                   | Кисломолочный напиток - Ацидофильный                    | 180     | 92       |
| 251                   | Запеканка творожная с молоком сгущенным                 | 150     | 408,2    |
| 412                   | Чай с сахаром .                                         | 180/6/7 | 24,1     |

