

Утверждаю:
директор Прогимназии № 14
Е.В. Безрукова

Меню на 16 марта 2026

Меню на 16 марта 2026			я/с
№ реп	Блюдо	Выход	Энергет
		Блюда	Ценность
Завтрак			
1 Д	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	171,47
105	Бутерброд с маслом сливочным	25/5.	98,5
416	Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58
2 завтрак			
418	Сок	200	84,8
Обед			
42.	Салат из свеклы с яблоками	40	30,68
86	Суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из индейки	150	51,4
753	Индейка тушеная с овощами по татарски	30/30	101,63
339	Пюре картофельное	120	109,8
342	Компот из урюка	150	56,83
Та66	Хлеб пшеничный	20	47
Та66	Хлеб ржаной	35	69,23
Уплотненный полдник			
420	Кисломолочный напиток - Ацидофильный напиток	150	76
251	Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20	353,4
412	Чай с сахаром .	150/5	21,78