

**МЕНЮ с 1,5-3л. на «12» марта 2026г**

**МЕНЮ с 3-7л. на «12» марта 2026г**

Наименование	Калорийность	Выход Блюда	Наименование	Калорийность	Выход блюда
<b>1 завтрак</b>			<b>1завтрак</b>		
Хлеб с сыром	76,8	20/5	Хлеб с сыром	106,72	30/10
Суп молочный	109,5	150,0	Суп молочный	146,0	200,0
Какао с молоком	152,84	180,0	Какао с молоком	169,82	200,0
<b>2 завтрак</b>			<b>2 завтрак</b>		
Сок	47,0	100,00	Сок	47,0	100,0
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
Суп картофельный с рыбой	47,74	150,0	Суп картофельный с рыбой	60,54	200,0
Рыба тушеная ,соус томатный	68,57	50,0	Рыба тушеная ,соус томатный	107,89	70,0
Рис отварной	150,0	110,0	Рис отварной	177,3	130,0
Компот из сухофруктов	72,57	200,0	Компот из сухофруктов	96,76	200,0
Хлеб пшеничный	58,6	20,0	Хлеб пшеничный	58,6	20,0
Хлеб ржаной	57,68	40,0	Хлеб ржаной	78,24	50,0
<b>Ужин</b>			<b>Ужин</b>		
Макароны отварные	183,81	120,0	Макароны отварные	229,76	150,0
Баранка	99,13	40,0	Баранка	99,13	40,0
Чай с сахаром	43,0	150,0	Чай с сахаром	58,5	200,0
<b>Плановая стоимость дня -130,37рублей</b>			<b>Плановая стоимость дня - 130,37рублей</b>		