

**МЕНЮ с 1,5-3л. на «19» марта 2026г**

**МЕНЮ с 3-7л. на «19» марта 2026г**

Наименование	Выход Блюда	Калорийность	Наименование	Калорийность	Выход блюда
<b>1 завтрак</b>			<b>1завтрак</b>		
Хлеб с сыром	20/5	76,8	Хлеб с сыром	106,72	30/10
Каша дружба	150,0	166,78	Каша дружба	222,38	200,0
Кофейный напиток	180,0	130,81	Кофейный напиток	159,56	200,0
<b>2 завтрак</b>			<b>2 завтрак</b>		
Сок	100,0	47,0	Сок	47,0	100,0
<b>Обед</b>			<b>Обед</b>		
Щи	200,0	50,16	Щи	72,43	200,0
Котлета рыбная	60,0	123,95	Котлета рыбная	165,27	80,0
Рис отварной	110,0	150,0	Рис отварной	177,3	130,0
Компот из сухофруктов	150,0	72,57	Компот из сухофруктов	96,76	200,0
Хлеб пшеничный/ржаной	20/50,0	56,6/57,6	Хлеб пшеничный/ ржаной	58,6/78,2	30/50,0
<b>Ужин</b>			<b>Ужин</b>		
Запеканка свекольная	150,0	157,5	Запеканка свекольная	210,0	200,0
Печенье	20,0	79,3	Печенье	99,13	25,0
Чай	150,0	45,75	Чай	61,0	200,0
			<b>Плановая стоимость дня – 130,37 рублей</b>		