

Утверждаю:

директор Прогимназии № 14

_____ Е.В. Безрукова

Меню на 4 февраля 2026

Д/с

№

рец Блюдо

Выход

Энергет

Завтрак

Блюда

Ценность

1 Д	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	207,32
105	Бутерброд с маслом сливочным	30/5.	111,68.
416	Какао напиток с молоком	180/6	90,78

2 завтрак

418	Сок разливной	200	76
-----	---------------	-----	----

Обед

46.	Винегрет овощной	60	75,6
-----	------------------	----	------

63	Щи со свежей капустой с картофелем, мясными фрикадельками	180/10/7	84,8
260	Тефтели мясные в томатном соусе	60/20	125,85
219	Гороховое пюре	130	196,94
342	Компот из урюка	180	68,2
Таб6	Хлеб ржаной	45	89,19

Уплотненный полдник

420	Ацидофильный напиток	180	92
249	Пудинг творожный с повидлом	130/20	360,2
410	Чай с сахаром	180	24,1