

Утверждаю:  
директор Прогимназии № 14  
\_\_\_\_ Е.В. Безрукова

## Меню на 4 февраля 2026

Д/с

№ рец	Блюдо	Выход	Энергет
<b>Завтрак</b>			
		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
<b>2 завтрак</b>			
418	Сок разливной	200	76
<b>Обед</b>			
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
Та66	Хлеб ржаной	45	89,19
<b>Уплотненный полдник</b>			
420	Ацидофильный напиток	180	92
249	Пудинг творожный с повидлом	130/20	360,2
410	Чай с сахаром	180	24,1