

Утверждаю:

директор Прогимназии № 14

— Е.В. Безрукова

Меню на 4 февраля 2026

я/с

№

рец Блюдо

Завтрак

Выход

Энергет

Блюда

Ценность

1 Д	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	162
105	Бутерброд с маслом сливочным	25/5.	98,5
416	Какао напиток с молоком	180/6	90,78

2 завтрак

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

Обед

46.	Винегрет овощной	40	50,4
63	Щи со свежей капустой с мясными фрикадельками	150/10/5	81,56
260	Тефтели мясные в томатном соусе	45/15	94,39
219	Гороховое пюре	110	163,9
342	Компот из урюка	150	56,83
Таб6	Хлеб ржаной	35	69,23

Уплотненный полдник

420	Ацидофильный напиток	150	76
249	Пудинг творожный с повидлом	110/20	330,5
410	Чай с сахаром	150/5	20,8