

Утверждаю:
директор Прогимназии № 14
Е.В. Безрукова

Меню на 13 февраля 2026

| Меню на 13 февраля 2026 | | Выход | Я/с |
|-------------------------|---|-------|----------|
| | | Блюда | Энергет |
| № | Блюдо | | Ценность |
| рец | | | |
| Завтрак | | | |
| 4Д | Каша манная молочная с маслом сливочным | 140/3 | 171,47 |
| 1 | Бутерброд с сыром с маслом сливочным | 25/5. | 98,5 |
| ТТк | Чай без сахара с мармеладом | 180/6 | 74,58 |
| 2 завтрак | | | |
| 186 | Фрукт свежий -яблоко | 100 | 47 |
| Обед | | | |
| 42. | Салат из моркови с сахаром | 40 | 30,68 |
| 87 | Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками | 150 | 51,4 |
| 325 | Тефтели мясные | 30/30 | 101,63 |
| 148 | Рагу из овощей | 120 | 109,8 |
| 394 | Компот из свежих фруктов | 150 | 56,83 |
| Таб | | | |
| 6 | Хлеб ржаной | 20 | 47 |
| Таб | | | |
| 6 | Хлеб пшеничный | 35 | 69,23 |
| Уплотненный полдник | | | |
| 420 | Кисломолочный напиток | 100 | 92 |
| 136 | Кондитерское изделие (Сушки) | 20 | 66,2 |
| 229 | Рыба, тушеная с овощами | 50/25 | 105 |
| 134 | Рис отварной рассыпчатый с маслом | 130/2 | 192,01 |
| 399 | Чай с сахаром с лимоном | 150/5 | 26,48 |
| Таб | | | |
| 6 | Хлеб пшеничный | 20 | 70,5 |

