

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

## Меню на 19 февраля 2026

яс

№	Блюдо	Выход	Энергет
		Блюда	Ценность
<b>Завтрак</b>			
4Д	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	140/3	117,34
1	Бутерброд с сыром с маслом сливочным	25/5./5	115,67
ТТк	Чай с молоком, сахаром	180/6	75
<b>2 завтрак</b>			
418	Фрукт- апельсин	100	43
<b>Обед</b>			
42.	Салат из моркови с сахаром	40	20,92
87	Суп лапша домашняя на бульоне из индейки	150	69,45
325	Гуляш из отварной говядины	30/30	92,46
148	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	110/2	170,14
394	Кисель	150	63
Таб			
6	Хлеб ржаной	35	69,23
<b>Уплотненный полдник</b>			
420	Кисломолочный напиток -катык	150	76
150	Булочка сладкая	35	151
234	Котлета рыбная	50	72,63
147	Картофель запеченный	120	182,4
412	Чай с сахаром с лимоном	150/5/5	21,78
Таб			
6	Хлеб пшеничный	25	58,75