Утверждаю:
директор Прогимназия № 14»
Е.В. Безрукова

Меню на 4 марта 2026

№ рец	Название блюд	Выход Блюда	Я/с Энергет Ценность
	Завтрак		
10 д	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	171,47
105	Бутерброд с маслом сливочным	25/5.	98,5
414	Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58
	2 завтрак		
186	Фрукт свежий -яблоко	100	47
	Обед		
47	Салат из квашеной капусты	30	25,71
91	Суп картофельный с пшенной крупой, с куриными фрикадельками	150/10	71,65
299	Биточки рубленные из рыбы	50	89
219	Пюре картофельное	120	109,8
314	Компот из свежих яблок	150	85,95
114	Хлеб ржаной	35	69,23
	Уплотненный полдник		
420	Молоко кипяченое	100	92
136	Кондитерское изделие -печенье	20	66,2
134	Макаронные изделия отварные с сыром	130	178,82
399	Напиток из шиповника	150/5	26,15
Таб 6	Хлеб пшеничный	20	47