



# Меню

29 Января 2026 года

<b>Завтрак</b>		Выход в граммах	Ккал
Каша «Дружба»	250	205,25	
Какао с молоком	200	154,0	
Хлеб пшеничный	85	147,73	
Сыр (порциями)	15	68,34	
Масло (порциями)	10	56,6	
Фрукты	100	67,0	
<b>Обед</b>			
Икра кабачковая (промышленного производства)	100	97,0	
Суп картофельный с клецками	250	194,25	
Плов из птицы	280	315,48	
Кисель из концентрата плодового и ягодного	200	111,6	
Хлеб ржаной	60	92,4	
Хлеб пшеничный	80	139,04	
<b>Полдник</b>			
Соки фруктовые	200	110,0	
Запеканка из творога с яблоками	130	243,1	
Повидло	40	62,8	
<b>Ужин</b>			
Поджарка из рыбы	120	159,7	
Картофель отварной (с маслом)	180	180,0	
Чай с сахаром	200	25,82	
Хлеб пшеничный	40	69,52	
Хлеб ржаной	60	92,4	
<b>Паузин (второй ужин)</b>			
Снежок	180	93,6	
Хлеб пшеничный	20	34,76	