



Меню

20 Февраля 2026 года

| Завтрак | Выход в граммах | Кккал |
|--|-----------------|--------|
| Омлет натуральный | 200 | 242,2 |
| Горошек зеленый консервированный | 55 | 36,84 |
| Какао с молоком | 200 | 154,0 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 139,04 |
| Сыр (порции) | 15 | 68,34 |
| Фрукты | 100 | 67,0 |
| Обед | | |
| Овощи консервированные (помидоры) | 100 | 11,0 |
| Суп картофельный с бобовыми | 250 | 148,25 |
| Мясо тушеное | 120 | 306,0 |
| Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой туш.) | 180 | 175,19 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 80,0 |
| Хлеб ржаной | 60 | 92,4 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 139,04 |
| Полдник | | |
| Молоко кипяченое | 200 | 107,0 |
| Ватрушка с творогом | 50 | 226,78 |
| Фрукты | 100 | 53,0 |
| Ужин | | |
| Винегрет | 100 | 42,5 |
| Плов из птицы | 280 | 315,48 |
| Соки фруктовые | 200 | 110,0 |
| Хлеб ржаной | 60 | 92,4 |
| Паужин (второй ужин) | | |
| Активилин | 180 | 99,0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 34,76 |