

МЕНЮ «13» МАРТА 2026г ЯСЛИ			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшенная молочная	150	125
	Чай с молоком	180	65
	Бутерброд с маслом	34	70
	½ яйца	20	31,5
Второй завтрак	Итого	384	291,5
	Сок	150	70
	Итого	150	70
Обед	Икра морковная	40	35,1
	Суп гороховый	150	103,9
	Биточки куриные	50	116
	Греча отварная рассыпчатая	120	115
	Компот из сухофруктов	180	55
	Хлеб ржано-пшеничный	40	75,2
	Итого:	580	500,2
	Кисломолочный напиток /кефир /	150	75
	Хлеб пшеничный	30	70
	Яблоко	95	50
Полдник	Итого:	275	195
	Салат картофельный с зеленым горошком	160	190,4
	Чай с сахаром	180	21,7
	Сдоба обыкновенная	60	143,14
	Итого:	400	355,24
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	1789	1411,94
Ужин	Салат картофельный с зеленым горошком	200	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Сдоба обыкновенная	80	185,3
	Итого:	480	434,36
Второй ужин	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	2175	1741,02

МЕНЮ «13» МАРТА 2026г САД			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюд а	Энергетическая ценность (ккал)
День 5			
Завтрак	Каша вязкая пшенная молочная	200	131
	Чай с молоком	200	93,06
	Бутерброд с маслом	45	95,8
	½ яйца	20	31,5
Второй завтрак	Итого	465	351,36
	Сок	180	90
Обед	итого	180	90
	Икра морковная	60	46,8
	Суп гороховый	200	125,2
	Биточки куриные	70	155
	Греча отварная рассыпчатая	150	128
	Компот из сухофруктов	200	60,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94
	Итого:	730	609,5
	Кисломолочный напиток /кефир /	180	90
	Хлеб пшеничный	40	95,8
Полдник	Яблоко	100	70
	Итого:	320	255,8
	Салат картофельный с зеленым горошком	200	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Сдоба обыкновенная	80	185,3
	Итого:	480	434,36
	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	2175	1741,02
Ужин	Салат картофельный с зеленым горошком	200	216
	Чай с сахаром	200	33,06
	Сдоба обыкновенная	80	185,3
	Итого:	480	434,36
Второй ужин	Вода питьевая детская на весь день	150	0
	Итого за пятый день	2175	1741,02