

МЕНЮ «26» МАРТА 2026г ЯСЛИ

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|--|-------------|--------------------------------|
| День 4 | | | |
| Завтрак | Пудинг из творога | 150 | 143,3 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 45 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 40 | 90 |
| | Итого | 370 | 278,3 |
| Второй завтрак | Сок | 150 | 70 |
| | Итого | 150 | 70 |
| Обед | Салат из свеклы | 40 | 37,56 |
| | Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной | 150 | 102 |
| | Суфле из печени | 50 | 84,56 |
| | Рис отварной | 120 | 144,6 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 55 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 75,2 |
| | Итого: | 550 | 498,92 |
| Полдник | Кисломолочный напиток /кефир / | 150 | 75 |
| | Печенье | 12 | 78 |
| | Фрукт | 95 | 55 |
| | Итого: | 257 | 208 |
| Ужин | Капуста тушеная с мясом | 170 | 200 |
| | Чай с сахаром | 180 | 21,7 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| | Итого: | 380 | 291,7 |
| | Вода питьевая детская на весь день | 150 | 0 |
| | Итого за четвертый день | 1707 | 1346,92 |
| | | | |

МЕНЮ «26» МАРТА 2026г САД

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|--|-------------|--------------------------------|
| День 4 | | | |
| Завтрак | Пудинг из творога | 170 | 190 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 60 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 52 | 115,8 |
| | Итого | 422 | 365,8 |
| Второй завтрак | Сок | 180 | 90 |
| | Итого | 180 | 90 |
| Обед | Салат из свеклы | 50 | 46,95 |
| | Суп рассольник по-ленинградски с мясом и со сметаной | 200 | 125 |
| | Суфле из печени | 70 | 115,31 |
| | Рис отварной | 150 | 180 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 60,5 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 94 |
| | Итого: | 720 | 621,76 |
| Полдник | Кисломолочный напиток /кефир / | 180 | 90 |
| | Вафли | 20 | 106,26 |
| | Фрукт | 100 | 65 |
| Ужин | Итого: | 300 | 261,26 |
| | Капуста тушеная с мясом | 200 | 260 |
| | Чай с сахаром | 200 | 33,06 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 95,8 |
| | Итого: | 440 | 451,86 |
| | Вода питьевая детская на весь день | 150 | 0 |
| | Итого за четвертый день | 2062 | 1790,68 |
| | | | |

