

Утверждаю

Руководитель \_\_\_\_\_

Горохова О.А.

(подпись)

(расшифровка подписи)

## МЕНЮ

на 11.03.2026

ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Суп молочный с лапшой	150	2.78	3.20	9.86	79.54	0.780
Хлеб с маслом	20	1.35	3.08	7.65	66.24	0.000
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015
<b>ОБЕД</b>						
Суп-пюре гороховый	150	4.62	1.42	11.66	78.32	0.915
Картофельное пюре с морковью	110	2.20	3.42	13.77	95.38	15.037
Тефтели рыбные(минтай) в соусе	70	3.49	3.53	5.87	70.05	0.672
Напиток из шиповника	150	0.38	0.15	14.86	67.77	112.575
Гренки (сухарики)	20	1.58	0.22	9.12	47.76	0.000
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Салат из капусты белокочанной и свеклы	30	0.48	2.13	1.77	28.20	6.540
<b>ПОЛДНИК</b>						
Макаронные изделия отварные с сыром	110	5.78	5.05	24.70	167.07	0.187
Кофейный напиток с молоком	150	2.40	2.46	9.81	70.26	0.975
Пряник	20	1.48	1.88	14.62	81.40	0.000

## МЕНЮ

на 11.03.2026

ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Суп молочный с лапшой	180	3.33	3.83	11.83	95.45	0.936
Хлеб с маслом	30	2.03	4.62	11.48	99.36	0.000
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018
<b>ОБЕД</b>						
Суп-пюре гороховый	180	5.54	1.71	13.99	93.98	1.098
Картофельное пюре с морковью	130	2.60	4.04	16.28	112.72	17.771
Тефтели рыбные(минтай) в соусе	100	4.99	5.04	8.39	100.07	0.960
Напиток из шиповника	180	0.45	0.18	17.84	81.32	135.090
Гренки (сухарики)	40	3.17	0.43	18.24	95.52	0.000
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Салат из капусты белокочанной и свеклы	50	0.80	3.55	2.95	47.00	10.900
<b>ПОЛДНИК</b>						
Макаронные изделия отварные с сыром	130	6.82	5.97	29.18	197.44	0.221
Кофейный напиток с молоком	180	2.88	2.95	11.77	84.31	1.170
Пряник	40	2.96	3.76	29.24	162.80	0.000