

Утверждаю
Руководитель _____

Горохова О.А.
(расшифровка подписи)

МЕНЮ
на 12.03.2026
ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Рейность, г	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом сливочн	150	5.01	5.55	30.68	192.68	0.975
Какао с молоком	150	3.09	2.97	10.65	81.42	0.975
Хлеб с яйцом	20	3.02	4.10	7.74	82.47	0.000
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	85	0.34	0.34	8.33	39.95	8.500
ОБЕД						
Суп картофельный с макаронными издели	150	1.58	1.59	10.05	60.92	4.440
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	5.81	5.64	30.07	194.49	1.650
Мясо кур отварное в соусе	50	6.74	7.46	1.14	98.27	0.730
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	10.66	40.56	0.075
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Салат из белокочанной капусты с кукурузо	30	0.50	2.04	3.16	32.99	9.441
ПОЛДНИК						
Салат овощной с зеленым горошком	80	2.24	5.68	7.28	88.80	9.360
Шанежка наливная с яйцом	40	3.99	2.06	19.48	113.94	0.312
Чай черный	150	0.03	0.02	6.30	24.10	0.015

МЕНЮ
на 12.03.2026
ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Рейность, г	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная с маслом сливочн	180	6.01	6.66	36.81	231.21	1.170
Какао с молоком	180	3.71	3.56	12.78	97.70	1.170
Хлеб с яйцом	30	4.53	6.16	11.60	123.70	0.000
ЗАВТРАК 2						
Яблоко	111	0.44	0.44	10.88	52.17	11.100
ОБЕД						
Суп картофельный с макаронными издели	180	1.89	1.91	12.06	73.10	5.328
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	6.86	6.67	35.54	229.85	1.950
Мясо кур отварное в соусе	70	9.43	10.44	1.59	137.58	1.022
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Салат из белокочанной капусты с кукурузо	50	0.83	3.40	5.27	54.99	15.735
ПОЛДНИК						
Салат овощной с зеленым горошком	100	2.80	7.10	9.10	111.00	11.700
Шанежка наливная с яйцом	50	4.99	2.57	24.36	142.43	0.390
Чай черный	180	0.04	0.02	7.56	28.93	0.018