

Утверждаю

Руководитель _____

Горохова О.А.

(подпись)

(расшифровка подписи)

МЕНЮ

на 20.03.2026

ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Кальций, мг	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5.09	6.32	22.54	167.20	0.780
Хлеб с маслом	20	1.35	3.08	7.65	66.24	0.000
Какао с молоком	150	3.09	2.97	10.65	81.42	0.975
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	150	6.75	8.28	9.96	141.45	10.515
Голубцы с мясом куры и рисом (ленивые) без соуса	130	14.20	13.90	9.68	221.43	45.045
Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0.40	1.06	1.37	16.71	0.136
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	10.66	40.56	0.075
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого	30	0.45	2.05	3.20	33.50	1.065
ПОЛДНИК						
Омлет с картофелем (запеченный)	80	5.46	5.28	7.88	101.15	8.496
Чай с молоком	150	1.12	1.22	8.06	46.60	0.510
печенье	20	1.48	1.88	14.62	81.40	0.000

МЕНЮ

на 20.03.2026

ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гликоиды, г	Кальций, мг	
ЗАВТРАК						
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	6.10	7.58	27.05	200.65	0.936
Хлеб с маслом	30	2.03	4.62	11.48	99.36	0.000
Какао с молоком	180	3.71	3.56	12.78	97.70	1.170
ОБЕД						
Свекольник со сметаной	180	8.10	9.94	11.95	169.74	12.618
Голубцы с мясом куры и рисом (ленивые) без соуса	170	18.56	18.17	12.66	289.56	58.905
Соус молочный (для подачи к блюду)	30	0.60	1.58	2.06	25.06	0.204
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	30	2.28	0.24	14.76	69.90	0.000
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого	50	0.75	3.42	5.34	55.84	1.775
ПОЛДНИК						
Омлет с картофелем (запеченный)	100	6.83	6.60	9.85	126.44	10.620
Чай с молоком	180	1.35	1.46	9.67	55.93	0.612
печенье	40	2.96	3.76	29.24	162.80	0.000