

Утверждаю

Руководитель \_\_\_\_\_

Горохова О.А.

(подпись)

(расшифровка подписи)

## МЕНЮ

на 25.03.2026

ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Кальций, мг	
<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>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок в ассортименте	100	0.50	0.00	10.10	42.22	2.000
<b>ОБЕД</b>						
Суп-лапша на курином бульоне	150	6.34	7.72	9.60	133.40	1.455
Картофель жареный (из отварного)	110	2.65	11.08	21.60	197.00	26.510
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
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 капусты белокочанной и свеклы	30	0.48	2.13	1.77	28.20	6.540
<b>ПОЛДНИК</b>						
Макаронные изделия отварные с сыром	80	4.20	3.67	17.96	121.50	0.136
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 25.03.2026

ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Кальций, мг	
<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>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок в ассортименте	100	0.50	0.00	10.10	42.22	2.000
<b>ОБЕД</b>						
Суп-лапша на курином бульоне	180	7.61	9.27	11.52	160.07	1.746
Картофель жареный (из отварного)	130	3.13	13.09	25.53	232.82	31.330
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
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 капусты белокочанной и свеклы	50	0.80	3.55	2.95	47.00	10.900
<b>ПОЛДНИК</b>						
Макаронные изделия отварные с сыром	100	5.25	4.59	22.45	151.88	0.170
Кофейный напиток с молоком	180	2.88	2.95	11.77	84.31	1.170
Пряник	50	3.70	4.70	36.55	203.50	0.000