

Меню № 3 на 11 марта 2026 г

| Прием пищи | Наименование блюд | Выход Ясли | Энергетическая ценность (ккал) Ясли | Выход Сад | Энергетическая ценность (ккал) Сад |
|---------------------------|---|---------------|-------------------------------------|---------------|------------------------------------|
| <u>Завтрак</u> | Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 140/3 | 155,56 | 180/3 | 215,85 |
| | Чай с молоком, сахаром | 180/6 | 75,76 | 180/6 | 75,76 |
| | Бутерброд с сыром, маслом сливочным | 25/5/5 | 115,67 | 30/5/5 | 128,77 |
| <u>2-й завтрак</u> | Фрукты свежие | 100 | 96,00 | 100 | 96,00 |
| <u>Обед</u> | Салат из припущенной моркови с курагой | 40 | 25,68 | 60 | 38,52 |
| | Рассольник Ленинградский, со сметаной | 150/6 | 74,07 | 180/7 | 198,54 |
| | Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным | 50/2 | 123,20 | 70/2 | 167,20 |
| | Гороховое пюре | 110 | 163,90 | 130 | 196,94 |
| | Напиток из сухофруктов | 150 | 60,00 | 180 | 72,00 |
| | Хлеб ржаной | 35 | 69,23 | 45 | 89,19 |
| <u>Полдник</u> | Катык | 150 | 76,00 | 180 | 92,00 |
| | Сдоба обыкновенная | 25 | 71,00 | 50 | 141,00 |
| <u>ужин</u> | Омлет натуральный | 130 | 251,03 | 150 | 289,66 |
| | Напиток из шиповника | 150/5 | 26,15 | 180/6 | 31,38 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 47,00 | 35 | 82,25 |
| | <i>Цена</i> | 140,91 | | 177,47 | |
| | <i>Калорийность итого</i> | | 1429,75 | | 1913,53 |