

**Меню № 9 на 19 марта 2026 г**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Ясли	Энергетическая ценность (ккал) Ясли	Выход Сад	Энергетическая ценность (ккал) Сад
<u>Завтрак</u>	Каша пшенная молочная со сливочным маслом	140/3	117,34	180/3	184,24
	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 (яблоки)	100	43,00	100	43,00
<u>Обед</u>	Капуста тушенная	40	30,80	60	46,20
	Суп –лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы	150/10	95,65	180/10	109,54
	Рыба, тушенная с овощами	40/25	196,18	50/25	105,00
	Пюре картофельное	120	109,80	10	128,10
	Напиток из сухофруктов	150	60,00	180	71,52
	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,10
	Хлеб пшеничный	20	47,00	30	70,57
	<u>Полдник</u>	Катык	150	76,00	180
<u>ужин</u>	Вак балиш с рисом и мясом	90	234,63	90	234,63
	Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78	180/6/7	26,48
	<i>Цена</i>	<b>140,91</b>		<b>177,47</b>	
	<i>Итого энергетическая ценность (ккал)</i>		<b>1292,84</b>		<b>1405,00</b>