Меню на 10 марта 2026 г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша пшенная на сг.молоке с маслом сливочным	155	180	165,02/ 191,7
Бутерброд с маслом	30/3	37,5/5	112,2/ 144,5
Чай с сахаром	160	180	29,87/33,6
2 завтрак			
Сок фрукт. в ассортименте	150	180	64/ 76
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Салат из горошка зеленого консервированного	30	50	32,54
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	150/15	180/20	126,4/ 149,45
Котлета «Улыбка»	60/3	80/4	140/183
Капуста тушеная	120	150	55,3/79
Компот из сухофруктов	150	180	103,9/ 124,7
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Манник	75	85	175,5/ 216,3
Чай с лимоном	150	180	98,05/88,5
ИТОГО	**1236,00**	**1535,0**	**1642,5**

Белки 45,6/57,7
Жиры 38,5/47,9
Углеводы 137,8/166,6

Меню на 11 марта 2026 г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша вязкая "Дружба"	150/3	180/5	145,28/ 174,33
Бутерброд с повидлом	30/8	37,5/13	114,8/ 131,8
Чай с молоком	160	180	76,8/92,4
2 завтрак			
Плоды свежие	100	120	79,65/ 88,5
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Борщ с капустойи картофелем на курином бульоне со сметаной	150/5	200/8	61,5/ 90,2
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	70	147/171,5
Макаронные изделия отварные с маслом	70/1	100/1,5	73,78/ 103,4
Компот из апельсинов	150	180	67,2/87,8
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Пирожок печеный с морковью и яйцом	60	75	130,8/ 174,4
Компот из изюма	150	180	79/95
ИТОГО	**1339,5**	**1654,0**	**1580,1**

Белки 40,9/52,2
Жиры 39,4/50,0
Углеводы 154,1/186,3

Меню на 12 марта 2026 г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Суп молочный с макаронными изделиями	160	180	108,9/ 130,68
Бутерброд с маслом	30/3	40/5	132,8/ 176
Какао с молоком	150	200	89/107
2 завтрак			
Кефир	120	150	79,65/ 88,5
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Огурец соленый	30	50	8,6
Суп картофельный с рыбой	150	180	100,35/ 133,8
Котлета рыбная	60	80	80,6/ 138
Рагу из овощей	120	150	121/ 198,61
Компот из св.яблок	150	180	28/33,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Сырники из творога	80	100	190,87/ 216,3
Чай с сахаром	150	180	33,6
ИТОГО	**1210**	**1530,5**	**1533,1**

Белки 46,2/46,6
Жиры 46,2/49,2
Углеводы 130,5/193,7

Меню на 13 марта 2026 г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша молочная кукурузная жидкая	150/3	200/5	124,93/ 161,2
Бутерброд с сыром	30/10	37,5/15	69,15/ 93,5
Кофейный напиток с молоком	150	180	80,85/84
2 завтрак			
Ряженка	135	150	79,65/ 88,5
Печенье	20	20	83,4
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Икра свекольная	30	50	56,8
Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/3	180/4	89,7/ 107,64
Запеканка картофельная с фаршем	130	150	280/ 306,5
Соус сметанный	20	30	20/25,24
Чай с лимоном	150	180	67,05/ 80,46
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5	57,04/71,3
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Булочка домашняя	60	60	141,68
Сок фруктовый в ассортименте	150	180	64/ 76
ИТОГО	**1244,00**	**1576,5**	**1598,8**

Белки 49,94/56,08
Жиры 39,76/46,06
Углеводы 160,12/187,49

Меню на 16 марта 2026 г.

Завтрак	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке	160/3	170/5	175,67/ 204
Бутерброд с маслом	30/3	37,5/5	69,15/ 93,5
Чай с сахаром	160	200	29,87/33,6
2 завтрак			
Сок фруктовый в ассортименте	160	180	74,3/89,2
Обед	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	160/5	200/8	70,95/ 107,0
Тефтели	60	80	173/ 219,0
Макаронные изделия отварные	120	130	113,7/134,4
Напиток из шиповника	160	200	79/95
Хлеб ржано-пшеничный	35	40	66,55/76
Полдник	Химический состав		
	Выход блюд		Ккал
	ясли	сад	
Пудинг из творога с яблоками	80	100	170,77/ 213,47
Чай с лимоном	150/3,5	180/7	29/34,8
ИТОГО	**1227,00**	**1498,0**	**1523,7**

Белки 35,18/44,76
Жиры 33,66/43,66
Углеводы 151,48/187,82