

**Меню на 3 сентября 2026 г.****Четверг****Завтрак**

|                                | <b>ЯСЛИ</b> | <b>САД</b> |
|--------------------------------|-------------|------------|
| Каша жидкая пшеничная с маслом | 154         | 187        |
| Бутерброд с маслом             | 31          | 38         |
| Кофейный напиток с молоком     | 160         | 201        |

**Полдник**

|        |     |     |
|--------|-----|-----|
| Яблоко | 150 | 179 |
|--------|-----|-----|

**Обед**

|                            |     |     |
|----------------------------|-----|-----|
| Помидоры свежие            | 35  | 71  |
| Суп картофельный с рыбой   | 150 | 190 |
| Шницель рыбный натуральный | 53  | 73  |
| Картофельное пюре 110/130  | 107 | 127 |
| Напиток из шиповника       | 142 | 173 |
| Хлеб ржано-пшеничный       | 33  | 36  |

**Полдник**

|                                    |     |     |
|------------------------------------|-----|-----|
| Пирожки печеные с капустой и яйцом | 60  | 80  |
| Чай с сахаром                      | 141 | 164 |

| <b>Наименование показателей</b> | <b>Ясли</b> | <b>Сад</b>  |
|---------------------------------|-------------|-------------|
| <b>Белки, г</b>                 | <b>52</b>   | <b>69</b>   |
| <b>Жиры, г</b>                  | <b>45</b>   | <b>60</b>   |
| <b>Углеводы, г</b>              | <b>183</b>  | <b>230</b>  |
| <b>Калорийность(ккал)</b>       | <b>1300</b> | <b>1700</b> |