

**Меню на 12 марта 2026 г.****Четверг****Завтрак**

	<b>ЯСЛИ</b>	<b>САД</b>
Суп молочный с макаронными изделиями	157	177
Бутерброд с маслом	34	41
Какао с молоком	167	196

**II Завтрак**

Кефир	121	151
-------	-----	-----

**Обед**

Огурец соленый	29	48
Суп картофельный с рыбой	150	190
Котлета рыбная	51	82
Рагу из овощей	110	151
Соус сметанный 36/45	33	42
Компот из свежих яблок (Витаминизированный)	150/	180/
Хлеб ржано-пшеничный	29	38

**Полдник**

Сырники из творога	71	101
Соус молочный сладкий 15/10	19	13
Чай с сахаром	146	180

<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>