

**Меню приготавливаемых блюд на 23 марта 2026 год**

Наименование блюда	Ясли					Сад				
	Выход блюда	Белки	Жиры	Угле-воды	Ккал.	Выход Блюда	Белки	Жиры	Угле-воды	Ккал.
<b>Завтрак</b>										
Каша манная	153	3,4	3,96	27,83	161	203	4,52	4,07	35,46	197
Кофейный напиток	150	1,05	1,5	16,8	87	200	1,4	2	22,4	116
Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	30	3,22	1,36	13,06	82,2
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	5	0,05	4,1	0,05	37,5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>328</b>	<b>6,64</b>	<b>10,46</b>	<b>53,38</b>	<b>340,3</b>	<b>438</b>	<b>9,19</b>	<b>11,53</b>	<b>70,97</b>	<b>432,7</b>
<b>2 завтрак</b>										
Сок фруктовый	80	0	0	9,6	40	80	0	0	9,6	40
<b>Итого за 2 завтрак</b>										
<b>Обед</b>										
Суп фасолевый	150	1,87	2,26	13,31	81	200	2,34	2,83	16,64	101,25
Капуста тушенная с мясом	180	8,1	6,75	6,62	229,5	200	9	7,5	7,36	255
Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,37	52,8	40	2,64	0,48	12,96	66
Компот из сухофруктов	150	0,03	0	18,53	70,65	200	0,04	0	24,76	94,2
<b>Итого за обед</b>	<b>512</b>	<b>12,11</b>	<b>9,39</b>	<b>117,87</b>	<b>464,08</b>	<b>640</b>	<b>15,63</b>	<b>11,49</b>	<b>68,25</b>	<b>557,55</b>
<b>Полдник совмещенный с ужином</b>										
Запеканка из творога	120	18,2	15,22	31,8	264,65	140	22,23	17,76	37,1	308,76
Сгущенное молоко	20	1,48	0,5	10,97	54,2	30	2,22	0,75	16,38	81,3
Хлеб пшеничный	20	2,14	0,9	8,7	54,8	30	3,22	1,36	13,06	82,2
Чай сладкий	150	0,15	0	10,5	36,48	200	0,2	0	14	48,64
<b>Итого за полдник</b>	<b>310</b>	<b>22</b>	<b>17</b>	<b>62</b>	<b>410</b>	<b>400</b>	<b>27,87</b>	<b>19,85</b>	<b>80,54</b>	<b>520,90</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1253</b>	<b>44</b>	<b>40</b>	<b>190</b>	<b>1295</b>	<b>1585</b>	<b>55</b>	<b>46</b>	<b>229</b>	<b>1529</b>