

**Меню приготовляемых блюд на 25 марта 2026 года**

Наименование блюда	Ясли					Сад				
	Выход блюда	Белки	Жиры	Угле-воды	Ккал.	Выход Блюда	Белки	Жиры	Угле-воды	Ккал.
<b>Завтрак</b>										
Каша дружба	153	3,77	7,05	19,95	182,99	203	5,8	8,4	29,28	215,28
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>7,01</b>	<b>13,55</b>	<b>45,5</b>	<b>362,29</b>	<b>438</b>	<b>10,47</b>	<b>15,86</b>	<b>64,79</b>	<b>450,98</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>80</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9,6</b>	<b>40</b>	<b>80</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>9,6</b>	<b>40</b>
<b>Обед</b>										
Щи из свежей капусты	150	3,99	3,2	9,61	85,76	200	5,52	3,87	11,6	114,35
Мясная котлета	60	9,33	6,93	9,42	137,25	80	12,44	9,24	12,56	183
Свекла тушеная	120	1,96	3,6	9,8	82,25	140	2,28	4,2	11,34	95,96
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	18,57	70,65	200	0,04	0	24,76	94,2
<b>Итого за обед</b>	<b>512</b>	<b>17,42</b>	<b>14,11</b>	<b>67,37</b>	<b>428,11</b>	<b>660</b>	<b>22,92</b>	<b>17,79</b>	<b>73,22</b>	<b>553,51</b>
<b>Полдник совмещенный с ужином</b>										
Блины	100	8,32	10,8	45,75	312	120	9,98	12,96	54,9	374,4
Джем фруктовый	30	0	0	15	60	50	0	0	25	100
Яйцо варенное	40	5,1	4,6	0,3	63	40	5,1	4,6	0,3	63
Чай сладкий	150	0,15	0	10,5	36,48	200	0,2	0	14	48,64
<b>Итого за полдник</b>	<b>320</b>	<b>13,57</b>	<b>15,4</b>	<b>71,55</b>	<b>471,48</b>	<b>410</b>	<b>15,28</b>	<b>17,56</b>	<b>94,2</b>	<b>586,04</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1240</b>	<b>38</b>	<b>43</b>	<b>194</b>	<b>1302</b>	<b>1588</b>	<b>49</b>	<b>51</b>	<b>242</b>	<b>1631</b>