

Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню**

12 Марта 2025г.

Ясли

| Наименование блюд                                     | Выход блюд |            |
|-------------------------------------------------------|------------|------------|
|                                                       | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                        |            |            |
| 24-Каша молочная с фруктами (или тыквой)              | 130        | 129.07     |
| 24-Кофейный напиток с молоком (или сгущенным молоком) | 180        | 75.46      |
| 24:-Бутерброд с маслом и сыром                        | 30/5/9     | 138.88     |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                                       |            |            |
| 24-Кисломолочный напиток                              | 160        | 132.85     |
| <b>ОБЕД</b>                                           |            |            |
| 24-Салат "Океан" (с кальмарами)                       | 40         | 51.75      |
| 24-.Суп картофельный с крупой со сметаной, с мясом    | 180        | 96.62      |
| 24-Птица отварная                                     | 55         | 299.62     |
| 24-Макаронные изделия отварные с овощами              | 110        | 154.32     |
| 24-Кисель из ягод свежемороженых                      | 180        | 53.78      |
| Хлеб пшеничный                                        | 15         | 35.16      |
| Хлеб ржаной                                           | 20         | 38.96      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                        |            |            |
| 24-Чай с сахаром                                      | 180        | 20.04      |
| 24-Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем       | 50         | 152.07     |
| <b>УЖИН</b>                                           |            |            |
| 24-Кукуруза с яйцом и луком                           | 40         | 58.19      |
| 24-Голубцы ленивые                                    | 150        | 356.31     |
| 24-Компот из ягод замороженных                        | 180        | 33.68      |
| Хлеб пшеничный                                        | 25         | 58.60      |
| Хлеб ржаной                                           | 20         | 38.96      |

**Итого калорийность: 1924.32 Ккал.**

Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню**

12 Марта 2025г.

Д/с

| Наименование блюд                                     | Выход блюд |            |
|-------------------------------------------------------|------------|------------|
|                                                       | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                        |            |            |
| 24-Каша молочная с фруктами (или тыквой)              | 200        | 209.16     |
| 24-Кофейный напиток с молоком (или сгущенным молоком) | 200        | 85.77      |
| 24:-Бутерброд с маслом и сыром                        | 35/5/13    | 173.17     |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                                       |            |            |
| 24-Кисломолочный напиток                              | 180        | 154.08     |
| <b>ОБЕД</b>                                           |            |            |
| 24-Салат "Океан" (с кальмарами)                       | 60         | 94.68      |
| 24-.Суп картофельный с крупой со сметаной, с мясом    | 200        | 113.08     |
| 24-Птица отварная                                     | 70         | 344.08     |
| 24-Макаронные изделия отварные с овощами              | 150        | 208.49     |
| 24-Кисель из ягод свежемороженых                      | 200        | 64.49      |
| Хлеб пшеничный                                        | 20         | 54.38      |
| Хлеб ржаной                                           | 25         | 47.14      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                                        |            |            |
| 24-Чай с сахаром                                      | 200        | 24.05      |
| 24-Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем       | 60         | 231.20     |
| <b>УЖИН</b>                                           |            |            |
| 24-Кукуруза с яйцом и луком                           | 60         | 91.94      |
| 24-Голубцы ленивые                                    | 150        | 357.18     |
| 24-Компот из ягод замороженных                        | 200        | 39.07      |
| Хлеб пшеничный                                        | 20         | 46.88      |
| Хлеб ржаной                                           | 25         | 48.70      |

**Итого калорийность: 2387.54 Ккал.**