

**Меню**

7 Марта 2025г. Ясли

Руководитель учреждения  
Выганкова О.С.

Утверждаю:

**Наименование блюд**

	Вес, гр.	Калор, кк
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>354</b>	<b>350.82</b>
25-Каша "Дружба"	130	136.83
25-Кофейный напиток с молоком	180	61.27
25-Бутерброд с маслом и сыром	30/5/9	152.72
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	<b>100</b>	<b>51.3</b>
25-Кисломолочный напиток 100/130	100	51.30
<b>ОБЕД</b>	<b>605</b>	<b>631.18</b>
25-Салат из моркови с зеленым горошком	40	40.72
25-Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	106.43
25-Гренки из пшеничного хлеба	15	65.63
25-Рыба по-польски	60	117.13
25-Рис отварной с овощами	110	154.07
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	69.28
25-Хлеб ржаной	40	77.92
<b>УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>230</b>	<b>305.2</b>
25-Молоко кипяченое 180/200	180	107.28
25-Сушка на сметане	50	197.92
<b>УЖИН</b>	<b>445</b>	<b>468.33</b>
25-Голубцы ленивые	150	359.21
25-Чай с сахаром	180	20.06
25-Плоды свежие	95	42.18
25-Хлеб пшеничный	20	46.88

Итого калорийность: 1806.83 Ккал.

**Меню**

7 Марта 2025г.

Руководитель учреждения  
Выганкова О.С.

Утверждаю:

**Наименование блюд**

	Вес, гр.	Калор, кк
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>453</b>	<b>479.61</b>
25-Каша "Дружба"	200	208.75
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.36
25-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/13	204.50
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>	<b>130</b>	<b>66.69</b>
25-Кисломолочный напиток 100/130	130	66.69
<b>ОБЕД</b>	<b>795</b>	<b>812.98</b>
25-Салат из моркови с зеленым горошком	60	65.20
25-Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	116.37
25-Гренки из пшеничного хлеба	25	110.17
25-Рыба по-польски	70	141.50
25-Рис отварной с овощами	150	204.82
25-Напиток с витаминами "Виташка" для де	250	97.00
25-Хлеб ржаной	40	77.92
<b>УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>260</b>	<b>354.05</b>
25-Молоко кипяченое 180/200	200	119.20
25-Сушка на сметане	60	234.85
<b>УЖИН</b>	<b>475</b>	<b>486.28</b>
25-Голубцы ленивые	150	359.21
25-Чай с сахаром	200	24.07
25-Плоды свежие	100	44.40
25-Хлеб пшеничный	25	58.60

Итого калорийность: 2199.61 Ккал.