

**МЕНЮ**  
**На 25 Марта 2026 год**

| Прием пищи | Наименование блюд                                   | Выход Сад/ Ясли | Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал   |
|------------|-----------------------------------------------------|-----------------|-------|-------|----------|--------|
| ЗАВТРАК    | Суп молочный с овсяными хлопьями с маслом сливочным | 180/2           | 4,33  | 4,57  | 15,14    | 119,16 |
|            |                                                     | 150/1,5         | 3,61  | 3,81  | 12,62    | 99,30  |
|            | Хлеб пшеничный                                      | 20              | 2,62  | 3,42  | 29,53    | 159,27 |
|            |                                                     | 15              | 1,96  | 2,56  | 22,14    | 119,45 |
|            | Масло сливочное 72,5%                               | 7               | 0,056 | 5,07  | 0,13     | 46,2   |
|            |                                                     | 5               | 0,04  | 3,63  | 0,065    | 33,00  |
|            | Чай с молоком                                       | 150/50/11       | 1,40  | 1,60  | 17,70    | 91,00  |
|            |                                                     | 135/45/10       | 1,26  | 1,44  | 15,90    | 81,90  |
| II ЗАВТРАК |                                                     |                 | 0,40  | 0,00  | 19,00    | 78,00  |
|            |                                                     |                 | 4,58  | 4,08  | 7,58     | 85,00  |
|            | Овощи отварные с маслом                             | 50              | 1,63  | 4,20  | 9,09     | 85,27  |
|            |                                                     | 30              | 1,22  | 3,15  | 6,82     | 63,95  |
| ОБЕД       | Суп картофельный с крупой (гречка)                  | 200             | 2,06  | 4,44  | 10,72    | 91,00  |
|            |                                                     | 150             | 1,55  | 3,33  | 8,04     | 68,25  |
|            | Птица тушеная в соусе с овощами                     | 146             | 14,17 | 11,96 | 25,08    | 264,40 |
|            |                                                     | 150             | 14,17 | 11,96 | 25,08    | 264,40 |
|            | Компот из лимонов                                   | 180             | 0,08  | 0     | 20,03    | 80,46  |
|            |                                                     | 150             | 0,066 | 0     | 16,7     | 67,05  |
|            | Хлеб пшеничный                                      | 51,07           | 3,04  | 0,32  | 19,68    | 94,00  |
|            |                                                     | 30              | 2,28  | 0,24  | 14,76    | 70,50  |
|            | Хлеб ржаной                                         | 31,09           | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2   |
|            |                                                     | 30              | 1,98  | 0,36  | 10,02    | 52,2   |
| ПОЛДНИК    | Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой      | 70              | 4,26  | 6,24  | 25,56    | 187,29 |
|            |                                                     | 60              | 4,02  | 5,98  | 22,9     | 161,46 |
|            | Чай с сахаром                                       | 200/11          | 0,20  | 0     | 16       | 65,00  |
|            |                                                     | 150/7           | 0,15  | 0     | 12       | 48,75  |
|            |                                                     |                 |       |       |          |        |
|            |                                                     |                 |       |       |          |        |
|            |                                                     |                 |       |       |          |        |
|            |                                                     |                 |       |       |          |        |
|            | Итого за день                                       | 1474,766        | 42,89 | 36,28 | 175,35   | 1243,4 |
|            |                                                     | 1252,1          | 35,86 | 29,94 | 141,74   | 983,70 |