

# МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А. \_\_\_\_\_

## На 10 марта 2026 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (Г)			
	ясли	Ккал	Выход	Ккал
<b><u>ЗАВТРАК:</u></b>				
Каша геркулесовая молочная с м/с	150	293,4	180	333,1
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	113,4	40/8	115,8
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	119,7	200	121,8
<b>Всего за завтрак:</b>		508,5		580,7
<b><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u></b>				
<b><u>ОБЕД:</u></b>				
Уха с рыбными консервами	180	340,9	200	356,8
Картошечка по-домашнему с тушёной	150	174,8	160	184,5
Хлеб ржаной	35	113,6	39	115,8
Компот из сухофруктов	180	119,8	200	125,6
<b>Всего за обед:</b>		598,5		672,2
<b><u>ПОЛДНИК:</u></b>				
Елюшка «Московская»	55	98,3	60	99,2
Йогурт	160	123,8	170	157,3
<b>Всего в полдник:</b>		222,1		256,5
<b><u>УЖИН:</u></b>				
Омлет с м/с	120/25	236,9	130/31	238,2
Горошек консервированный				
Хлеб пшеничный	30	98,1	39	102,3
Чай сладкий	180	123,8	200	137,3
<b>Всего за ужин:</b>		444,52		487,7
<b>Всего за день:</b>		1750,2		1983,6