

# МЕНЮ

Утверждаю

Зав. Волкова О.А.

## На 18 марта 2026 г.

	ВЫХОД ГОТОВЫХ БЛЮД (Г)			
	ясли	Ккал	Выход	Ккал
<b><u>ЗАВТРАК:</u></b>				
Лапшевник с творогом Сгущённое молоко	130/20	314,4	140/26	316,9
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	30/5	113,4	40/8	124,3
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	71,8	200	87,1
<b>Всего за завтрак:</b>		478,6		522,8
<b><u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК: апельсин</u></b>	105		114	
<b><u>ОБЕД:</u></b>				
Щи с курицей и сметаной	180	289,5	200	336,1
Плов с курицей и м/с	150	184,2	160	187,5
Хлеб ржаной	35	57,8	37	67,8
Компот из кураги	180	124,8	200	132,5
<b>Всего за обед:</b>		616,3		690,6
<b><u>ПОЛДНИК:</u></b>				
Пирожок с яйцом	60	96,3	65	96,9
Чай с сахаром	180	123	200	123,8
<b>Всего в полдник:</b>		219,3		220,7
<b><u>УЖИН:</u></b>				
Греча в молоке с м/с	150	198,3	180	199,2
Хлеб пшеничный	30	95,1	40	97,5
Чай с сахаром	180	40,6	200	52,7
<b>Всего за ужин:</b>		310,4		360,1
<b>Всего за день:</b>		1528,3		1720,6