

Утверждаю:

Заведующий Марыина О. М.

## Меню на 31 марта 2025 года



| Наименование                                   | Выход<br>в<br>грамма<br>х | Энерге<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Выход в<br>грамма<br>х | Энергет<br>и<br>ческая<br>ценност<br>ь (ккал) |
|------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                 | <b>Сад</b>                | <b>Сад</b>                               | <b>Ясли</b>            | <b>Ясли</b>                                   |
| Каша манная молочная                           | 180                       | 155.67.                                  | 150                    | 105.36                                        |
| Кофейный напиток на<br>сгущенном молоке        | 180                       | 92.46                                    | 150                    | 73.15                                         |
| Батон нарезной                                 | 20                        | 83.85                                    | 20                     | 135.2                                         |
| <b>Второй завтрак</b>                          |                           |                                          |                        |                                               |
| Напиток из плодов<br>шиповника                 | 130                       | 13.3                                     | 130                    | 13.3                                          |
| <b>Обед</b>                                    |                           |                                          |                        |                                               |
| Огурец соленый                                 | 15                        | 24.23                                    | 15                     | 15.81                                         |
| Суп гороховый с тушеной<br>говядины с гречками | 180                       | 215.0                                    | 150                    | 215.11                                        |
| Плов с отварной свиной                         | 120                       | 68.32                                    | 100                    | 57.81                                         |
| Компот из сухофруктов                          | 180                       | 72.65                                    | 150                    | 59.32                                         |
| Хлеб ржано – пшеничный                         | 35                        | 82.65                                    | 25                     | 50.81                                         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |                           |                                          |                        |                                               |
| Голубцы ленивые п/ф<br>запеченные              | 50                        | 97.2                                     | 40                     | 90.1                                          |
| Картофельное пюре                              | 120                       | 107.42                                   | 100                    | 97.29                                         |
| Чай с сахаром                                  | 180                       | 62.3                                     | 150                    | 42.1                                          |
| Хлеб пшеничный                                 | 35                        | 90.54                                    | 25                     | 57.09                                         |

Утверждаю:

Заведующий Марыина О. М.

## Меню на 31 марта 2025 года

| Наименование                                   | Выход<br>в<br>грамма<br>х | Энерге<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Выход в<br>грамма<br>х | Энергет<br>и<br>ческая<br>ценност<br>ь (ккал) |
|------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                 | <b>Сад</b>                | <b>Сад</b>                               | <b>Ясли</b>            | <b>Ясли</b>                                   |
| Каша манная молочная                           | 180                       | 155.67.                                  | 150                    | 105.36                                        |
| Кофейный напиток на<br>сгущенном молоке        | 180                       | 92.46                                    | 150                    | 73.15                                         |
| Батон нарезной                                 | 20                        | 83.85                                    | 20                     | 135.2                                         |
| <b>Второй завтрак</b>                          |                           |                                          |                        |                                               |
| Напиток из плодов<br>шиповника                 | 130                       | 13.3                                     | 130                    | 13.3                                          |
| <b>Обед</b>                                    |                           |                                          |                        |                                               |
| Огурец соленый                                 | 15                        | 24.23                                    | 15                     | 15.81                                         |
| Суп гороховый с тушеной<br>говядины с гречками | 180                       | 215.0                                    | 150                    | 215.11                                        |
| Плов с отварной свиной                         | 120                       | 68.32                                    | 100                    | 57.81                                         |
| Компот из сухофруктов                          | 180                       | 72.65                                    | 150                    | 59.32                                         |
| Хлеб ржано – пшеничный                         | 35                        | 82.65                                    | 25                     | 50.81                                         |
| <b>Уплотненный полдник</b>                     |                           |                                          |                        |                                               |
| Голубцы ленивые п/ф<br>запеченные              | 50                        | 97.2                                     | 40                     | 90.1                                          |
| Картофельное пюре                              | 120                       | 107.42                                   | 100                    | 97.29                                         |
| Чай с сахаром                                  | 180                       | 62.3                                     | 150                    | 42.1                                          |
| Хлеб пшеничный                                 | 35                        | 90.54                                    | 25                     | 57.09                                         |