

**Меню**

11 Марта 2025г.

| Наименование блюд                        | Вес, гр. / Калор, Ккал. |         |
|------------------------------------------|-------------------------|---------|
|                                          | Ясли                    | Детсад  |
| <b>ЗАВТРАК</b>                           |                         |         |
| 25-Омлет натуральный                     | 150/225                 | 150/225 |
| 25-Зеленый горошек или кукуруза консерви | 40/16                   | 50/20   |
| 25-Какао с молоком                       | 180/59                  | 200/64  |
| 25-Хлеб пшеничный                        | 20/47                   | 40/94   |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>                    |                         |         |
| 25-, Кисломолочный напиток 100/130       | 100/56                  | 130/73  |
| <b>ОБЕД</b>                              |                         |         |
| 25-Овощи натуральные соленные или свежие | 30/3                    | 50/5    |
| 25-Суп - уха с рыбой                     | 180/145                 | 180/145 |
| 25-Печень говяжья по-строгановски        | 60/145                  | 70/172  |
| 25-Картофельное пюре                     | 120/109                 | 150/138 |
| 25-Лимонный напиток                      | 180/62                  | 200/71  |
| 25-Хлеб пшеничный                        | 15/35                   | 20/47   |
| 25-Хлеб ржаной                           | 40/78                   | 50/97   |
| <b>ПОЛДНИК</b>                           |                         |         |
| 25-Молоко кипяченое 180/200              | 180/107                 | 200/118 |
| 25-Кондитерские изделия                  | 30/135                  | 55/248  |
| <b>Ужин</b>                              |                         |         |
| 25-Сырники из творога                    | 150/340                 | 200/452 |
| 25-Молоко сгущенное                      | 10/29                   | 15/44   |
| 25-Плоды свежие                          | 95/42                   | 100/44  |
| 25-Чай с молоком                         | 180/34                  | 200/39  |

**Итого калорийность: 1667.66 2096.12**