

Меню на 13 марта 2026 ГОД

Наименование блюда	Выход	энергетическая	Выход	энергетическая
ЗАВТРАК	блюдо -	кая ценность	блюдо –	ценность
	ясли	(ккал)	сад	(ккал)
Вермишель в молоке с маслом сливочным	150 гр.	168,71 ккал	180 гр.	202,45 ккал
Кофейный напиток на молоке	150 гр.	127,37 ккал	180 гр.	152,84 ккал
Хлеб белый с маслом сливочным, сыр	25/4/6 гр.	85,3 ккал	30/6/8 гр.	171,4 ккал
II завтрак				
Сок	100 гр.	46 ккал	100 гр.	46 ккал
ОБЕД				
Хлеб ржаной	40 гр.	59,4 ккал	51 гр.	75,74 ккал.
Зеленый горошек консервированный	45 гр.	29,25 ккал	45 гр.	29,25 ккал
Щи с курицей	180 гр.	102,82 ккал	200 гр.	114,24 ккал
Рис отварной с маслом сливочным	100 гр.	87,78 ккал	120 гр.	95,76 ккал
Рыба тушеная с овощами	50 гр.	50,02 ккал	60 гр.	60,02 ккал
Компот из изюма	150 гр.	52,03 ккал	180 гр.	62,44 ккал
ПОЛДНИК				
Крекер	60 гр.	59,7 ккал	60 гр.	79,6 ккал
Чай сладкий	150 гр.	36,96 ккал	180 гр.	44,35 ккал
УЖИН				
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150 гр.	140,28 ккал	180 гр.	168,34 ккал
Хлеб белый	20 гр.	59,7 ккал	25 гр.	79,6 ккал
Чай сладкий	150 гр.	36,96 ккал	180 гр.	44,35 ккал