

Меню № 3 на 14 января 2026 г

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Ясли	Энергети ческая ценность (ккал) Ясли	Выход Сад	Энергети ческая ценность (ккал) Сад
<u>Завтрак</u>	Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	140/3	155,56	180/3	215,85
	Чай с молоком, сахаром	180/6	75,76	180/6	75,76
	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	115,67	30/5/5	128,77
<u>2-й завтрак</u>	Фрукты свежие (яблоки)	100	96,00	100	96,00
<u>Обед</u>	Салат из свежей капусты с морковью	40	34,96	60	52,44
	Рассольник Ленинградский, со сметаной	150/6	74,07	180/7	198,54
	Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным	50/2	123,20	70/2	167,20
	Гороховое пюре	110	163,90	130	196,94
	Напиток из сухофруктов	150	60,00	180	72,00
	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,19
<u>Полдник</u>	Катык	150	76,00	180	92,00
	Сдоба обыкновенная	25	71,00	50	141,00
<u>ужин</u>	Омлет натуральный	130	251,03	150	289,66
	Напиток из шиповника	150/5	26,15	180/6	31,38
	Хлеб пшеничный	20	47,00	35	82,25
	Цена	135,49		170,64	
	Калорийность итого	1439,03		1927,45	