

# МЕНЮ

«18» марта 2026 г.

|                            | Наименование блюд                      | Выход готового блюда<br>(1 порция) |                     |                 |                     |
|----------------------------|--|------------------------------------|---------------------|-----------------|---------------------|
|                            |  | Если                               | Изменение<br>выхода | Сад             | Изменение<br>выхода |
| <b>ЗАВТРАК</b>             |  |                                    |                     |                 |                     |
| 1.                         | Каша гречневая на молоке               | 150                                |                     | 200             |                     |
| 2.                         | Чай с сахаром                          | 150                                |                     | 200             |                     |
| 3.                         | Батон нарезной с маслом                | 34/6                               |                     | 40/8            | 40/6                |
|                            | <b>Энергетическая ценность</b>         | <b>335,02</b>                      |                     | <b>449,02</b>   |                     |
| <b>II ЗАВТРАК</b>          |  |                                    |                     |                 |                     |
| 1.                         | <b>10 часов – апельсины</b>            | 95                                 | 102                 | 100             | 102                 |
|                            | <b>Энергетическая ценность</b>         | <b>40,8</b>                        |                     | <b>43</b>       |                     |
| <b>ОБЕД</b>                |  |                                    |                     |                 |                     |
| 1.                         | Щи со сметаной                         | 170/9                              |                     | 200/11          | 200/9,9             |
| 2.                         | Плов из курицы                         | 150                                | 159                 | 180             | 189                 |
| 3.                         | Салат из свеклы                        | 30                                 |                     | 50              |                     |
| 4.                         | Компот из сухофруктов                  | 150                                |                     | 180             |                     |
| 5.                         | Хлеб ржано-пшеничный                   | 40                                 |                     | 50              |                     |
|                            | <b>Энергетическая ценность</b>         | <b>583,25</b>                      |                     | <b>849,98</b>   |                     |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b> |  |                                    |                     |                 |                     |
| 1.                         | Запеканка из творога                   | 90                                 |                     | 110             |                     |
| 2.                         | Кисель фруктовый                       | 150                                |                     | 180             |                     |
|                            | <b>Энергетическая ценность</b>         | <b>261,765</b>                     |                     | <b>319,058</b>  |                     |
|                            | <b>Энергетическая ценность за день</b> | <b>1220,83</b>                     |                     | <b>1661,062</b> |                     |
|                            | <b>СТОИМОСТЬ ДНЯ:</b>                  | <b>145,88</b>                      |                     | <b>167,97</b>   |                     |

В соответствии с СанПиН в питании детей ежедневно используется йодированная соль, проводится витаминизация третьего блюда аскорбиновой кислотой.