

МЕНЮ
на 03.03.2026
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, кДж
ЗАВТРАК					
Каша рисовая молочная жидкая	200	5,18	5,90	32,16	202,20
Какао с молоком (1-й вариант)	180	3,26	2,65	13,57	90,52
Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,08	53,40
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
Печенье	30	2,25	3,54	22,47	125,13
ЗАВТРАК 2					
Сок фруктовый	150	0,62	0,12	19,65	82,50
ОБЕД					
Икра свекольная	60	1,63	4,86	8,75	86,35
Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	3,04	7,40	63,18
Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	80	10,82	11,03	11,06	187,23
Картофельное пюре	150	3,26	5,22	21,74	147,38
Соус красный основной	30	0,50	0,58	3,21	20,42
Компот из свежих плодов	180	0,25	0,25	15,19	63,88
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
ПОЛДНИК					
Вареники ленивые	100	14,92	10,85	14,50	214,67
Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ряженка	174	5,05	4,35	7,31	93,96

Руководитель

Шепелева Т.В.

(подпись)

расшифровка подписи