

**МЕНЮ**  
на 10.03.2026  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины и С
		Белки,	Жиры,	Углеводы,	Энергетическая ценность	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	3,78	1,92	27,24	141,86	0,760
Какао с молоком	200	1,86	2,24	8,98	64,36	1,040
Бутерброд с сыром	40	1,92	0,72	12,24	64,80	0,000
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Яблоки	100	0,17	0,17	4,19	20,09	4,280
<b>ОБЕД</b>						
Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	60	0,65	1,21	0,68	16,39	0,774
Суп свекольный со сметаной	200	1,70	4,40	11,70	90,00	15,000
Каша гречневая рассыпчатая	180	0,54	0,59	2,79	19,24	0,000
Компот из сухофруктов	180	0,45	0,00	16,51	64,80	45,108
Хлеб пшеничный/ржаной витаминизированный	50	4,00	0,50	24,00	120,00	0,285
Гуляш из мяса говядины	70	10,43	10,99	3,29	154,00	0,315
<b>ПОЛДНИК</b>						
Кисломолочный напиток	180	5,40	5,76	7,20	108,00	1,260
"Крендель сахарный"	60	3,23	0,49	24,37	116,71	0,162

Рекомендации родителям по организации питания детей дома

Руководитель \_\_\_\_\_



Петрикова Л.Ф.

(подпись)

(расшифровка подписи)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371041

Владелец Петрикова Людмила Федоровна

Действителен с 21.01.2026 по 21.01.2027