

## Меню

ранний возраст  
на 13 марта 2025 г.

### Завтрак

№	Наименование блюда, № рецептуры	Выход в гр.	ккал
1	Пюре картофельное №399	130	121
2	Рыба отварная №256	40	69
3	Чай с сахаром № 411	200	25
4	Бутерброд с сыром № 1	40	135
5	0	0	

### Второй завтрак

	Сок фруктовый	200	38
--	---------------	-----	----

### Обед

1	Винегрет овощной № 46-2	50	79
2	Борщ с капустой и картофелем №63	150	120
3	Тефтели мясные № 303	70	35
5	Каша пшеничная вязкая № 331	100	80
6	Компот из сушеных фруктов № 394	150	38
7	Хлеб ржаной	30	75
8	Хлеб пшеничный	35	60

### Полдник

1	Кефир № 420	150	35
2	Печенье	20	28
3	Яблоко	88	42
4	0	0	

### Ужин

1	Яйцо вареное № 227	40	66
2	Каша овсянная молочная жидкая №199	200	160
3	Хлеб ржаной	10	20
4	Кофейный напиток с молоком № 414	200	87
	ВСЕГО В ДЕНЬ		1234

## Меню

сад  
на 13 марта 2025 г.

### Завтрак

№	Наименование блюда, № рецептуры	Выход в гр.	ккал
1	Пюре картофельное № 339	160	145
2	Рыба отварная №256	40	69
3	Чай с сахаром № 411	200	25
4	0	0	
5	Бутерброд с сыром № 3	40	135
6	0	0	

### Второй завтрак

	Сок фруктовый	100	38
--	---------------	-----	----

### Обед

1	Винегрет овощной № 46-2	50	79
2	Борщ с капустой и картофелем № 63	200	140
3	Тефтели мясные № 303	70	201
4	Соус томатный с овощами №349	20	16
5	Каша пшеничная вязкая № 331	150	128
6	Компот из сушеных фруктов № 394	200	43
7	Хлеб ржаной	44	150
8	Хлеб пшеничный	35	100

### Полдник

1	Кефир № 420	146	41
2	Печенье	21	28
3	яблоко	88	42
4	0	0	

### Ужин

1	Яйцо №227	40	244
2	Хлеб пшеничный	10	20
3	Каша овсянная молочная жидкая №199	200	210
4	Кофейный напиток с молоком № 414	200	106
	ВСЕГО В ДЕНЬ		1961