

**МЕНЮ**  
На 19.03.2026 г.

	Наименование блюд	Выход	
		сад	ясли
<b>Завтрак</b>	Лапшевник с творогом со сгущенным молоком	180/25	130/15
	Кофейный напиток с молоком	180	150
	<b>Энергетическая ценность</b>	<b>444,59</b>	<b>348,45</b>
<b>2 завтрак</b>	Сок яблочный	180	150
	Кондитерские изделия	75	45
	<b>Энергетическая ценность</b>	<b>422,46</b>	<b>269,10</b>
<b>Обед</b>	Овощная нарезка	50	35
	Суп из овощей со сметаной	200	180
	Котлета из говядины	75	55
	Свекла тушеная	150	110
	Компот из свежих фруктов+ Витамин «С»	180	150
	Хлеб пшеничный	20	15
	Хлеб ржаной	37	30
	<b>Энергетическая ценность</b>	<b>562,02</b>	<b>389,34</b>
	<b>Полдник</b>	Картофельное пюре со сливочным маслом	140
Биточек рыбный		75	60
Чай с сахаром		180	150
Батон йодированный		20	15
<b>Энергетическая ценность</b>		<b>387,03</b>	<b>282,13</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1816,10</b>	<b>1289,02</b>

Заведующий МДОБУ № 12  
Ст. медсестра



М.Н.Таркивская  
А.Р.Ахатова