

**МЕНЮ (10 день) на 7 марта 2025**

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	С	180	2,88	4,58	19,32
		Я	150	2,40	3,82	16,10
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84
		Я	15	1,14	0,12	7,38
	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10
		Я	5	0,04	3,63	0,07
	Чай с молоком 2,5% жирн.	С	135/45/10	2,67	2,34	14,33
		Я	135/45/10	2,67	2,34	14,33
Обед	Борщ Ставропольский	С	200	1,45	3,93	10,20
		Я	150	1,09	2,95	7,65
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40
		Я	20	1,20	0,80	8,40
	Сельдь с луком	С	70	10,11	7,99	129,31
		Я	70	10,11	7,99	129,31
	Пюре картофельное	С	110	2,25	3,52	14,98
		Я	110	2,25	3,52	14,98
	Компот из лимонов	С	180	0,41	0,09	30,59
		Я	150	0,33	0,07	25,49
	Хлеб пшеничный	С	15	1,52	0,16	9,84
		Я	10	1,14	0,12	7,38
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,44	0,44	15,91
		Я	30	1,98	0,36	12,90
Полдник	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08
		Я	110	1,67	7,78	10,22
	<i>Гребешок из дрожжевого теста</i>	С	60	4,87	4,48	39,56
		Я	60	4,87	4,48	39,56
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84
		Я	15	1,14	0,12	7,38
	<b>Всего за день: сад</b>	<b>С</b>	<b>1569</b>	<b>34,12</b>	<b>43,68</b>	<b>329,88</b>
	<b>Всего за день: ясли</b>	<b>Я</b>	<b>1325</b>	<b>30,95</b>	<b>38,00</b>	<b>303,76</b>