



Утверждаю:  
Директор МБОУ  
«Центр образования №9»  
Е.А.Кулагина

## МЕНЮ 18 марта 2026 г \_\_\_\_\_

| №  | Наименование блюда               | Выход (вес пор/гр) |      | Энергетическая<br>ценность (Ккал) |      |
|----|----------------------------------|--------------------|------|-----------------------------------|------|
|    |                                  | Сад                | Ясли | Сад                               | Ясли |
|    | <b>1. Завтрак</b>                |                    |      |                                   |      |
| 1. | Каша рисовая молочная            | 200                | 180  | 153                               | 125  |
| 2. | Чай с лимоном                    | 160                | 150  | 31                                | 26   |
| 3. | Хлеб пшеничный с маслом          | 30/10              | 25/7 | 153                               | 118  |
|    | <b>2. Завтрак</b>                |                    |      |                                   |      |
|    | Сок                              | 120                | 100  | 46                                | 38   |
|    | <b>Обед</b>                      |                    |      |                                   |      |
| 1. | Суп картофельный с фрикадельками | 200                | 180  | 183                               | 128  |
| 2. | Суфле из кур                     | 100                | 100  | 260                               | 211  |
| 3. | Напиток из плодов шиповника      | 170                | 150  | 43                                | 34   |
| 4. | Хлеб ржаной                      | 40                 | 32   | 72                                | 58   |
|    | <b>Уплотнённый полдник</b>       |                    |      |                                   |      |
| 1. | Сырники из творога запеченные    | 95                 | 90   | 382                               | 304  |
| 2. | Какао с молоком                  | 160                | 150  | 96                                | 90   |
|    |                                  |                    |      | 1419                              | 1132 |
|    |                                  |                    |      |                                   |      |
|    |                                  |                    |      |                                   |      |