

Меню на 17.12.2025 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша пшеничная молочная (150гр)	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-18
35	Батон с сыром и маслом 35 гр.	Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14
150	Чай сладкий с молоком (150гр)	Ккал-72, Бел-2, Жир-3, Угл-10
Итого за Завтрак		Ккал-343, Бел-12, Жир-14, Угл-42
<u>Завтрак 2</u>		
100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
Итого за Завтрак 2		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<u>Обед</u>		
150	Суп гороховый на курином бульоне (150гр)	Ккал-129, Бел-6, Жир-4, Угл-15
160	Свинина, тушенная с овощами (160гр)	Ккал-158, Бел-12, Жир-8, Угл-8
30	Салат из вареной свеклы с луком (30гр)	Ккал-40, Жир-3, Угл-3
150	Компот из смеси ягод	Ккал-29, Угл-7
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
25	Хлеб ржано-пшеничный (25гр)	Ккал-53, Бел-1, Угл-11
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
Итого за Обед		Ккал-469, Бел-21, Жир-15, Угл-56
<u>Полдник</u>		
60	Пирог с повидлом (60гр)	Ккал-175, Бел-5, Жир-4, Угл-30
150	Кисель (150гр)	Ккал-69, Угл-17
Итого за Полдник		Ккал-244, Бел-5, Жир-4, Угл-47
<u>Ужин</u>		
50	Оладьи из печени (50гр)	Ккал-101, Бел-7, Жир-6, Угл-7
100	Макароны отварные с маслом (100гр)	Ккал-130, Бел-3, Жир-3, Угл-23
25	Огурец соленый (25гр)	Ккал-1
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Чай сладкий с шиповником (150гр)	Ккал-28, Угл-6
Итого за Ужин		Ккал-307, Бел-12, Жир-9, Угл-46
Итого за день		Ккал-1 409, Бел-51, Жир-42, Угл-201

Ответственный
за питание
Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

Меню на 17.12.2025 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	Каша пшеничная молочная (180гр)	Ккал-196, Бел-7, Жир-9, Угл-22
40	Батон с сыром и маслом 40 гр.	Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-16
180	Чай сладкий с молоком (180гр)	Ккал-88, Бел-3, Жир-3, Угл-12
Итого за Завтрак		Ккал-409, Бел-14, Жир-17, Угл-50
<u>Завтрак 2</u>		
100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
Итого за Завтрак 2		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<u>Обед</u>		
180	Суп гороховый на курином бульоне (180гр)	Ккал-166, Бел-8, Жир-7, Угл-17
200	Свинина, тушенная с овощами (200гр)	Ккал-201, Бел-15, Жир-10, Угл-11
40	Салат из вареной свеклы с луком (40гр)	Ккал-53, Бел-1, Жир-4, Угл-4
180	Компот из смеси ягод	Ккал-34, Угл-8
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
25	Хлеб ржано-пшеничный (25гр)	Ккал-53, Бел-1, Угл-11
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
Итого за Обед		Ккал-567, Бел-27, Жир-21, Угл-63
<u>Полдник</u>		
80	Пирог с повидлом (80гр)	Ккал-226, Бел-6, Жир-5, Угл-40
180	Кисель (200гр)	Ккал-84, Угл-21
Итого за Полдник		Ккал-310, Бел-6, Жир-5, Угл-61
<u>Ужин</u>		
60	Оладьи из печени (60гр)	Ккал-119, Бел-8, Жир-6, Угл-8
120	Макароны отварные с маслом (120гр)	Ккал-157, Бел-4, Жир-3, Угл-27
25	Огурец соленый (25гр)	Ккал-1
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Чай сладкий с шиповником (180гр)	Ккал-34, Угл-8
Итого за Ужин		Ккал-358, Бел-14, Жир-9, Угл-53
Итого за день		Ккал-1 690, Бел-62, Жир-52, Угл-237

Ответственный
за питание

Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна