

Меню на 22.10.2025 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша "Дружба" молочная (150гр)	Ккал-168, Бел-5, Жир-7, Угл-20
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-350, Бел-11, Жир-14, Угл-44
<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 мяско-костном бульоне (150гр)	Ккал-133, Бел-8, Жир-5, Угл-12
170	Бигос с мясом (170гр)	Ккал-167, Бел-16, Жир-7, Угл-9
150	Компот из сухофруктов (150гр)	Ккал-50, Угл-13
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
25	Хлеб ржано-пшеничный (25гр)	Ккал-53, Бел-1, Угл-11
3	укроп(3гр)	Ккал-1
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
Итого за Обед		Ккал-463, Бел-27, Жир-12, Угл-57
<u>Полдник</u>		
30	Печенье (30гр)	Ккал-120, Бел-2, Жир-6, Угл-20
150	Кисель (150гр)	Ккал-69, Угл-17
Итого за Полдник		Ккал-189, Бел-2, Жир-6, Угл-37
<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-1 355, Бел-53, Жир-41, Угл-194

Ответственный
за питание

Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна



Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

		<u>Завтрак</u>	
180	Каша "Дружба" молочная (180гр)	Ккал-207, Бел-6, Жир-9, Угл-25	
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-420, Бел-13, Жир-17, Угл-53

100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
-----	-----------------------	------------------------

Итого за Завтрак 2 Ккал-46, Бел-1, Угл-10

180	Суп гороховый на мяско-костном бульоне (180гр)	Ккал-144, Бел-9, Жир-5, Угл-13
200	Бигос с мясом (200гр)	Ккал-212, Бел-20, Жир-10, Угл-10
180	Компот из сухофруктов (180гр)	Ккал-61, Угл-16
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-530, Бел-32, Жир-15, Угл-62

50	Печенье (50гр)	Ккал-200, Бел-4, Жир-10, Угл-34
200	Кисель (200гр)	Ккал-94, Угл-23

Итого за Полдник Ккал-294, Бел-4, Жир-10, Угл-57

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
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
180	Чай сладкий с шиповником (180гр)	Ккал-34, Угл-8

Итого за Ужин Ккал-370, Бел-14, Жир-9, Угл-55

Итого за день Ккал-1 660, Бел-64, Жир-51, Угл-237

(180гр)

«Служба государственной безопасности Республики Беларусь»
ОГРН № 6382097000000
ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ

Агрофени Мария Николаевна

ИЗДАНИЕ 6382097000000
ГОСУ СОШ п. Пунанары

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна