

**Меню на 01.08.2025 год Ясли**

| Выход (г)                 | Наименование блюда                        | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                           |                                                                                |
| 150                       | <b>каша геркулесовая молочная (150гр)</b> | Ккал-204, Бел-7, Жир-8, Угл-26                                                 |
| 35                        | <b>Батон с сыром и маслом 35 гр.</b>      | Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14                                                 |
| 150                       | <b>Какао на молоке (150гр)</b>            | Ккал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12                                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                           | Ккал-423, Бел-16, Жир-17, Угл-52                                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                           |                                                                                |
| 100                       | <b>банан (100гр)</b>                      | Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21                                                 |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                           | Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21                                                 |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                           |                                                                                |
| 150                       | <b>Борщ на курином бульоне (150гр)</b>    | Ккал-64, Бел-4, Жир-3, Угл-6                                                   |
| 50                        | <b>Оладьи из печени (50гр)</b>            | Ккал-101, Бел-7, Жир-6, Угл-7                                                  |
| 100                       | <b>Макароны отварные с маслом (100гр)</b> | Ккал-130, Бел-3, Жир-3, Угл-23                                                 |
| 35                        | <b>Овощной салат (35гр)</b>               | Ккал-42, Жир-4, Угл-1                                                          |
| 3                         | <b>укроп(3гр)</b>                         |                                                                                |
| 3                         | <b>петрушка (3гр)</b>                     | Ккал-1                                                                         |
| 150                       | <b>Компот из сухофруктов (150гр)</b>      | Ккал-50, Угл-13                                                                |
| 25                        | <b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>              | Ккал-59, Бел-2, Угл-12                                                         |
| 25                        | <b>Хлеб ржано-пшеничный (25гр)</b>        | Ккал-53, Бел-1, Угл-11                                                         |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                           | Ккал-500, Бел-17, Жир-16, Угл-73                                               |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                           |                                                                                |
| 48                        | <b>Батон с кабачковой икрой (48гр)</b>    | Ккал-102, Бел-3, Жир-2, Угл-19                                                 |
| 150                       | <b>Чай сладкий (150гр)</b>                | Ккал-24, Угл-6                                                                 |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                           | Ккал-126, Бел-3, Жир-2, Угл-25                                                 |
| <b><u>Ужин</u></b>        |                                           |                                                                                |
| 110                       | <b>Каша гречневая с молоком (160гр)</b>   | Ккал-126, Бел-4, Жир-5, Угл-15                                                 |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                           | Ккал-126, Бел-4, Жир-5, Угл-15                                                 |
| <b>Итого за день</b>      |                                           | Ккал-1 285, Бел-42, Жир-41, Угл-186                                            |

Ответственный  
за питаниеАгрофенина  
Мария  
Николаевна

Директор

Тарабыкина  
Александра  
Александровна

**Меню на 01.08.2025 год Сад**

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

**Завтрак**

|     |                                               |                                 |
|-----|-----------------------------------------------|---------------------------------|
| 180 | <b>каша геркулесовая молочная (180гр) Сад</b> | Ккал-243, Бел-8, Жир-10, Угл-30 |
| 40  | <b>Батон с сыром и маслом 40 гр.</b>          | Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-16  |
| 180 | <b>Какао на молоке (180гр)</b>                | Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14  |

**Итого за Завтрак** Ккал-499, Бел-17, Жир-21, Угл-60**Завтрак 2**

|     |                      |                                |
|-----|----------------------|--------------------------------|
| 100 | <b>банан (100гр)</b> | Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21 |
|-----|----------------------|--------------------------------|

**Итого за Завтрак 2** Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21**Обед**

|     |                                           |                                |
|-----|-------------------------------------------|--------------------------------|
| 180 | <b>Борщ на курином бульоне (180гр)</b>    | Ккал-77, Бел-5, Жир-4, Угл-8   |
| 60  | <b>Оладьи из печени (60гр)</b>            | Ккал-119, Бел-8, Жир-6, Угл-8  |
| 120 | <b>Макароны отварные с маслом (120гр)</b> | Ккал-157, Бел-4, Жир-3, Угл-27 |
| 45  | <b>Овощной салат (45гр)</b>               | Ккал-53, Жир-5, Угл-2          |
| 180 | <b>Компот из сухофруктов (180гр)</b>      | Ккал-61, Угл-16                |
| 3   | <b>укроп(3гр)</b>                         |                                |
| 3   | <b>петрушка (3гр)</b>                     | Ккал-1                         |
| 25  | <b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>              | Ккал-59, Бел-2, Угл-12         |
| 25  | <b>Хлеб ржано-пшеничный (25гр)</b>        | Ккал-53, Бел-1, Угл-11         |

**Итого за Обед** Ккал-580, Бел-20, Жир-18, Угл-84**Полдник**

|     |                                        |                                |
|-----|----------------------------------------|--------------------------------|
| 54  | <b>Батон с кабачковой икрой (54гр)</b> | Ккал-113, Бел-4, Жир-2, Угл-20 |
| 200 | <b>Чай сладкий (180гр)</b>             | Ккал-32, Угл-8                 |

**Итого за Полдник** Ккал-145, Бел-4, Жир-2, Угл-28**Ужин**

|     |                                         |                                |
|-----|-----------------------------------------|--------------------------------|
| 200 | <b>Каша гречневая с молоком (180гр)</b> | Ккал-194, Бел-7, Жир-8, Угл-22 |
|-----|-----------------------------------------|--------------------------------|

**Итого за Ужин** Ккал-194, Бел-7, Жир-8, Угл-22**Итого за день** Ккал-1 528, Бел-50, Жир-50, Угл-215Ответственный  
за питаниеАгрофенина  
Мария  
Николаевна

Директор

Тарабыкина  
Александра  
Александровна