

Меню на 02.09.2025 год Ясли

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

Завтрак

150	Каша "Дружба" молочная (150гр)	Ккал-168, Бел-5, Жир-7, Угл-20
35	Батон с маслом (35гр)	Ккал-114, Бел-2, Жир-4, Угл-16
150	Кофейный напиток на молоке (150гр)	Ккал-114, Бел-5, Жир-5, Угл-13

Итого за Завтрак Ккал-396, Бел-12, Жир-16, Угл-49

Завтрак 2

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

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

Обед

150	Борщ на м/к бульоне (150гр)	Ккал-80, Бел-4, Жир-4, Угл-6
70	Бефстроганов из свинины (70гр)	Ккал-85, Бел-5, Жир-5, Угл-4
100	Каша рисовая рассыпчатая (100гр)	Ккал-125, Бел-2, Жир-3, Угл-23
35	Овощной салат (35гр)	Ккал-42, Жир-4, Угл-1
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)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1

Итого за Обед Ккал-495, Бел-14, Жир-16, Угл-70

Полдник

30	Печенье (30гр)	Ккал-120, Бел-2, Жир-6, Угл-20
150	Ацидофилин (150гр)	Ккал-75, Бел-5, Жир-4, Угл-6

Итого за Полдник Ккал-195, Бел-7, Жир-10, Угл-26

Ужин

110	Омлет (110гр)	Ккал-144, Бел-9, Жир-11, Угл-8
35	Икра кабачковая (35гр)	Ккал-32, Бел-2, Жир-2, Угл-2
150	Чай сладкий с шиповником (150гр)	Ккал-28, Угл-6
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10

Итого за Ужин Ккал-251, Бел-13, Жир-13, Угл-26

Итого за день Ккал-1 383, Бел-47, Жир-55, Угл-181

Ответственный
за питание

Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

Меню на 02.09.2025 год Сад

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

Завтрак

180	Каша "Дружба" молочная (180гр)	Ккал-207, Бел-6, Жир-9, Угл-25
40	Батон с маслом (40гр)	Ккал-104, Бел-2, Жир-5, Угл-13
180	Кофейный напиток на молоке (180гр)	Ккал-135, Бел-5, Жир-6, Угл-16

Итого за Завтрак Ккал-446, Бел-13, Жир-20, Угл-54

Завтрак 2

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

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

Обед

180	Борщ на м/к бульоне (180гр)	Ккал-80, Бел-4, Жир-4, Угл-6
90	Бефстроганов из свинины (90гр)	Ккал-114, Бел-6, Жир-7, Угл-5
120	Каша рисовая рассыпчатая (120гр)	Ккал-152, Бел-3, Жир-3, Угл-27
45	Овощной салат (45гр)	Ккал-53, Жир-5, Угл-2
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-573, Бел-16, Жир-19, Угл-79

Полдник

50	Печенье (50гр)	Ккал-200, Бел-4, Жир-10, Угл-34
180	Ацидофилин (180гр)	Ккал-90, Бел-5, Жир-5, Угл-7

Итого за Полдник Ккал-290, Бел-9, Жир-15, Угл-41

Ужин

125	Омлет (125гр)	Ккал-173, Бел-12, Жир-13, Угл-10
40	Икра кабачковая (40гр)	Ккал-36, Бел-2, Жир-3, Угл-3
180	Чай сладкий с шиповником (180гр)	Ккал-34, Угл-8
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12

Итого за Ужин Ккал-302, Бел-16, Жир-16, Угл-33

Итого за день Ккал-1 657, Бел-55, Жир-70, Угл-217

Ответственный
за питание:Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна