

Меню на 08.08.2025 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

150	Каша пшенная молочная (150гр)	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-19
35	Ватон с сыром и маслом 35 гр.	Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14
150	Какао на молоке (150гр)	Ккал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12
Итого за Завтрак		
Завтрак 2		
Итого за Завтрак 2		
Ккал-380, Бел-15, Жир-16, Угл-45		

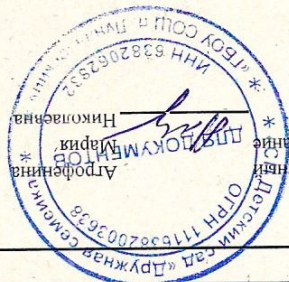
100	банан (100гр)	Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21
Итого за Завтрак 2		
Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21		
Обед		

150	Борщ на курином бульоне (150гр)	Ккал-64, Бел-4, Жир-3, Угл-6
100	Картофельное пюре (100гр)	Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-13
50	Оладьи из нечени (50гр)	Ккал-101, Бел-7, Жир-6, Угл-7
35	Овощной салат (35гр)	Ккал-42, Жир-4, Угл-1
3	укрон(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
150	Компот из смеси ягод (150гр)	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
Итого за Обед		
Ккал-451, Бел-16, Жир-17, Угл-57		
Полдник		

30	Печенье (30гр)	Ккал-120, Бел-2, Жир-6, Угл-20
150	Ряженка (150гр)	Ккал-79, Бел-5, Жир-4, Угл-7
Итого за Полдник		
Ккал-199, Бел-7, Жир-10, Угл-27		
Ужин		

150	Салат "Зимний" (120гр)	Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-15
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Чай сладкий с шиповником (150гр)	Ккал-28, Угл-6
Итого за Ужин		
Ккал-177, Бел-4, Жир-4, Угл-31		
Итого за день		
Ккал-1317, Бел-44, Жир-48, Угл-181		

Директор
Тарабыкина
Александра
Александровна



Ответственный
за питание

Меню на 08.08.2025 год Сад

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

180	Каша пшенная молочная (180гр)	Ккал-257, Бел-9, Жир-9, Угл-34
40	Батон с сыром и маслом 40 гр.	Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-16
180	Какао на молоке (180гр)	Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14

Завтрак 2

100	банан (100гр)	Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21
Итого за Завтрак 2 Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21		

Обед

180	Борщ на курином бульоне (180гр)	Ккал-77, Бел-5, Жир-4, Угл-8
120	Картофельное пюре (120гр)	Ккал-124, Бел-2, Жир-5, Угл-16
60	Оладьи из пшена (60гр)	Ккал-119, Бел-8, Жир-6, Угл-8
45	Салат овощной (45гр)	Ккал-46, Бел-1, Жир-4, Угл-3
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
3	укрон(3гр)	
3	печуртка (3гр)	Ккал-1
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
25	Хлеб ржано-пшеничный (25гр)	Ккал-53, Бел-1, Угл-11

Итого за Обед

Подник

60	Печенье (50гр)	Ккал-240, Бел-4, Жир-11, Угл-41
180	Ряженка (180гр)	Ккал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-8
Итого за Подник Ккал-335, Бел-10, Жир-16, Угл-49		

Ужин

150	Салат "Зимний" (150гр)	Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-15
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
180	Чай сладкий с шоколадом (180гр)	Ккал-34, Угл-8

Итого за Ужин

Ккал-195, Бел-4, Жир-4, Угл-35		
Итого за день Ккал-1666, Бел-53, Жир-60, Угл-235		

Директор

Тарабуккина

Александр

Александровна

