

Меню на 11.07.2025 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
120	Запеканка творожная	Ккал-211, Бел-18, Жир-10, Угл-13
30	Молоко сгущенное (30гр)	Ккал-96, Бел-2, Жир-3, Угл-17
35	Батон с маслом (35гр)	Ккал-114, Бел-2, Жир-4, Угл-16
150	Какао на молоке (150гр)	Ккал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12
Итого за Завтрак		Ккал-530, Бел-27, Жир-22, Угл-58
<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 мясо- костном бульоне (150гр)	Ккал-133, Бел-8, Жир-5, Угл-12
160	Свинина, тушеная с овощами (160гр)	Ккал-158, Бел-12, Жир-8, Угл-8
30	Огурец соленый (30гр)	Ккал-4, Угл-1
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
150	Компот из сухофруктов (150гр)	Ккал-50, Угл-13
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
20	Хлеб ржано-пшеничный (20гр)	Ккал-42, Бел-1, Угл-9
Итого за Обед		Ккал-435, Бел-23, Жир-13, Угл-53
<u>Полдник</u>		
150	Кисель (150гр)	Ккал-69, Угл-17
40	Батон с повидлом (40гр)	Ккал-102, Бел-2, Жир-1, Угл-23
Итого за Полдник		Ккал-171, Бел-2, Жир-1, Угл-40
<u>Ужин</u>		
60	Бефстроганов из печени (60гр)	Ккал-78, Бел-4, Жир-5, Угл-5
100	Макароны отварные с маслом (100гр)	Ккал-130, Бел-3, Жир-3, Угл-23
35	Овощной салат (35гр)	Ккал-42, Жир-4, Угл-1
150	Чай сладкий с шиповником (150гр)	Ккал-28, Угл-6
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
Итого за Ужин		Ккал-325, Бел-9, Жир-12, Угл-45
Итого за день		Ккал-1 507, Бел-62, Жир-48, Угл-206

Ответственный
за питание

Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

для документов

Меню на 11.07.2025 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Запеканка творожная	Ккал-264, Бел-22, Жир-13, Угл-17
40	Молоко сгущенное (40гр)	Ккал-128, Бел-2, Жир-3, Угл-22
40	Батон с маслом (40гр)	Ккал-104, Бел-2, Жир-5, Угл-13
180	Какао на молоке (180гр)	Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14
Итого за Завтрак		Ккал-627, Бел-31, Жир-27, Угл-66
<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 мясо- костном бульоне (180гр)	Ккал-144, Бел-9, Жир-5, Угл-13
200	Свинина, тушеная с овощами (200гр)	Ккал-201, Бел-15, Жир-10, Угл-11
40	Огурец соленый (40гр)	Ккал-5, Угл-1
180	Компот из сухофруктов (180гр)	Ккал-61, Угл-16
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (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		Ккал-524, Бел-27, Жир-15, Угл-64
<u>Полдник</u>		
200	Кисель (200гр)	Ккал-94, Угл-23
60	Батон с повидлом (60гр)	Ккал-154, Бел-2, Жир-1, Угл-34
Итого за Полдник		Ккал-248, Бел-2, Жир-1, Угл-57
<u>Ужин</u>		
80	Бефстроганов из печени (80гр)	Ккал-102, Бел-5, Жир-6, Угл-7
120	Макароны отварные с маслом (120гр)	Ккал-157, Бел-4, Жир-3, Угл-27
45	Овощной салат (45гр)	Ккал-53, Жир-5, Угл-2
180	Чай сладкий с шиповником (180гр)	Ккал-34, Угл-8
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
Итого за Ужин		Ккал-405, Бел-11, Жир-14, Угл-56
Итого за день		Ккал-1 850, Бел-72, Жир-57, Угл-253

Ответственный
за питание

Агрофенина
Мария

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

