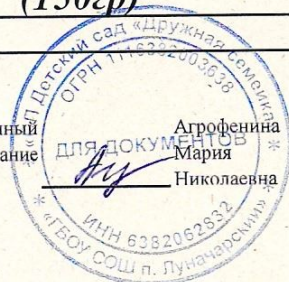


**Меню на 14.08.2025 год Ясли**

| Выход (г)                 | Наименование блюда                                   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                      |                                                                                |
| 120                       | <b>Запеканка творожная</b>                           | Ккал-211, Бел-18, Жир-10, Угл-13                                               |
| 30                        | <b>Молоко сгущенное (30гр)</b>                       | Ккал-96, Бел-2, Жир-3, Угл-17                                                  |
| 35                        | <b>Батон с маслом (35гр)</b>                         | Ккал-114, Бел-2, Жир-4, Угл-16                                                 |
| 150                       | <b>Кофейный напиток на<br/>молоке (150гр)</b>        | Ккал-114, Бел-5, Жир-5, Угл-13                                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                      | Ккал-535, Бел-27, Жир-22, Угл-59                                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                      |                                                                                |
| 100                       | <b>Сок фруктовый (100гр)</b>                         | Ккал-46, Бел-1, Угл-10                                                         |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                      | Ккал-46, Бел-1, Угл-10                                                         |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                      |                                                                                |
| 150                       | <b>Суп "Кудрявый" на курином<br/>бульоне (150гр)</b> | Ккал-117, Бел-7, Жир-8, Угл-7                                                  |
| 170                       | <b>Бигос с курицей (170гр)</b>                       | Ккал-197, Бел-15, Жир-13, Угл-9                                                |
| 3                         | <b>укроп(3гр)</b>                                    |                                                                                |
| 3                         | <b>петрушка (3гр)</b>                                | Ккал-1                                                                         |
| 150                       | <b>Компот из смеси ягод (150гр)</b>                  | Ккал-29, Угл-7                                                                 |
| 25                        | <b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>                         | Ккал-59, Бел-2, Угл-12                                                         |
| 25                        | <b>Хлеб ржано-пшеничный<br/>(25гр)</b>               | Ккал-53, Бел-1, Угл-11                                                         |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                      | Ккал-456, Бел-25, Жир-21, Угл-46                                               |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                      |                                                                                |
| 60                        | <b>Плюшка (60гр)</b>                                 | Ккал-162, Бел-5, Жир-5, Угл-26                                                 |
| 150                       | <b>Кисель (150гр)</b>                                | Ккал-69, Угл-17                                                                |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                      | Ккал-231, Бел-5, Жир-5, Угл-43                                                 |
| <b><u>Ужин</u></b>        |                                                      |                                                                                |
| 120                       | <b>Салат "Зимний" (120гр)</b>                        | Ккал-81, Бел-2, Жир-3, Угл-12                                                  |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>                         | Ккал-47, Бел-2, Угл-10                                                         |
| 150                       | <b>Чай сладкий с шиповником<br/>(150гр)</b>          | Ккал-28, Угл-6                                                                 |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                      | Ккал-156, Бел-4, Жир-3, Угл-28                                                 |
| <b>Итого за день</b>      |                                                      | Ккал-1 424, Бел-62, Жир-51, Угл-186                                            |

Ответственный  
за питание



Директор

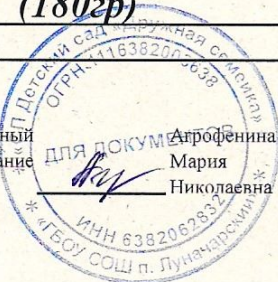
Тарабыкина  
Александра  
Александровна



# **Меню на 14.08.2025 год Сад**

| Выход (г)                 | Наименование блюда                                   | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                      |                                                                                |
| 150                       | <b>Запеканка творожная</b>                           | Ккал-264, Бел-22, Жир-13, Угл-17                                               |
| 40                        | <b>Молоко сгущенное (40гр)</b>                       | Ккал-128, Бел-2, Жир-3, Угл-22                                                 |
| 40                        | <b>Батон с маслом (40гр)</b>                         | Ккал-104, Бел-2, Жир-5, Угл-13                                                 |
| 180                       | <b>Кофейный напиток на<br/>молоке (180гр)</b>        | Ккал-135, Бел-5, Жир-6, Угл-16                                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                      | Ккал-631, Бел-31, Жир-27, Угл-68                                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                      |                                                                                |
| 100                       | <b>Сок фруктовый (100гр)</b>                         | Ккал-46, Бел-1, Угл-10                                                         |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                      | Ккал-46, Бел-1, Угл-10                                                         |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                      |                                                                                |
| 180                       | <b>Суп "Кудрявый" на курином<br/>бульоне (180гр)</b> | Ккал-140, Бел-8, Жир-9, Угл-8                                                  |
| 200                       | <b>Бигос с курицей (200гр)</b>                       | Ккал-251, Бел-19, Жир-17, Угл-10                                               |
| 180                       | <b>Компот из смеси ягод (180гр)</b>                  | Ккал-34, Угл-8                                                                 |
| 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<br/>(25гр)</b>               | Ккал-53, Бел-1, Угл-11                                                         |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                      | Ккал-538, Бел-30, Жир-26, Угл-49                                               |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                      |                                                                                |
| 80                        | <b>Плюшка (80гр)</b>                                 | Ккал-217, Бел-6, Жир-7, Угл-34                                                 |
| 200                       | <b>Кисель (200гр)</b>                                | Ккал-94, Угл-23                                                                |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                      | Ккал-311, Бел-6, Жир-7, Угл-57                                                 |
| <b><u>Ужин</u></b>        |                                                      |                                                                                |
| 150                       | <b>Салат "Зимний" (150гр)</b>                        | Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-15                                                 |
| 25                        | <b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>                         | Ккал-59, Бел-2, Угл-12                                                         |
| 180                       | <b>Чай сладкий с шиповником<br/>(180гр)</b>          | Ккал-34, Угл-8                                                                 |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                      | Ккал-195, Бел-4, Жир-4, Угл-35                                                 |
| <b>Итого за день</b>      |                                                      | Ккал-1 721, Бел-72, Жир-64, Угл-219                                            |

Ответственный  
за питание



Апрофенина  
Мария  
Николаевна

Директор

Тарабыкина  
Александра  
Александровна