

Меню на 26.08.2025 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
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
<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 "Кудрявый" на м/к бульоне (150гр)	Ккал-108, Бел-7, Жир-6, Угл-7
100	Макароны отварные с маслом (100гр)	Ккал-130, Бел-3, Жир-3, Угл-23
70	Гуляш из свинины (70гр)	Ккал-130, Бел-10, Жир-7, Угл-4
35	Салат овощной (35гр)	Ккал-35, Бел-1, Жир-3, Угл-2
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
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
Итого за Обед		Ккал-545, Бел-24, Жир-19, Угл-66
<u>Полдник</u>		
60	Пирожок печеный с картофелем (60гр)	Ккал-152, Бел-4, Жир-6, Угл-22
150	Чай сладкий (150гр)	Ккал-24, Угл-6
Итого за Полдник		Ккал-176, Бел-4, Жир-6, Угл-28
<u>Ужин</u>		
120	Салат "Зимний" (120гр)	Ккал-81, Бел-2, Жир-3, Угл-12
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Чай сладкий (150гр)	Ккал-24, Угл-6
Итого за Ужин		Ккал-152, Бел-4, Жир-3, Угл-28
Итого за день		Ккал-1 315, Бел-45, Жир-44, Угл-181

Ответственный
за питание



Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

Меню на 26.08.2025 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
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
<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 "Кудрявый" на м/к бульоне (180гр)	Ккал-128, Бел-9, Жир-7, Угл-8
120	Макароны отварные с маслом (120гр)	Ккал-157, Бел-4, Жир-3, Угл-27
80	Гуляш из свинины (80гр)	Ккал-144, Бел-11, Жир-8, Угл-5
45	Салат овощной (45гр)	Ккал-46, Бел-1, Жир-4, Угл-3
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
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-622, Бел-28, Жир-22, Угл-74
<u>Полдник</u>		
70	Пирожок печеный с картофелем (70гр)	Ккал-169, Бел-4, Жир-6, Угл-25
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-29, Угл-7
Итого за Полдник		Ккал-198, Бел-4, Жир-6, Угл-32
<u>Ужин</u>		
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 (180гр)	Ккал-29, Угл-7
Итого за Ужин		Ккал-190, Бел-4, Жир-4, Угл-34
Итого за день		Ккал-1 502, Бел-50, Жир-52, Угл-204

Ответственный
за питание



Агрофеева
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина.
Александра
Александровна