

# **Меню на 07.04.2026 год Ясли**

| Выход (г)                 | Наименование блюда                             | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                |                                                                                |
| 150                       | <b>Каша "Дружба" молочная (150гр)</b>          | Ккал-168, Бел-5, Жир-7, Угл-20                                                 |
| 35                        | <b>Батон с маслом (35гр)</b>                   | Ккал-114, Бел-2, Жир-4, Угл-16                                                 |
| 150                       | <b>Какао на молоке (150гр)</b>                 | Ккал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12                                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                | Ккал-391, Бел-12, Жир-16, Угл-48                                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                |                                                                                |
| 100                       | <b>Яблоко (100гр)</b>                          | Ккал-47, Угл-10                                                                |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                | Ккал-47, Угл-10                                                                |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                |                                                                                |
| 150                       | <b>Щи рыбные со сметаной (150гр)</b>           | Ккал-76, Бел-4, Жир-4, Угл-7                                                   |
| 50                        | <b>Рыба под овощами (50гр)</b>                 | Ккал-29, Бел-5, Угл-1                                                          |
| 100                       | <b>Картофельное пюре (100гр)</b>               | Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-13                                                 |
| 40                        | <b>Салат из свеклы и соленых огурцов(40гр)</b> |                                                                                |
| 40                        | <b>Хлеб ржано-пшеничный (40гр)</b>             | Ккал-84, Бел-2, Угл-18                                                         |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>                   | Ккал-47, Бел-2, Угл-10                                                         |
| 150                       | <b>Компот из сухофруктов (150гр)</b>           | Ккал-50, Угл-13                                                                |
| 3                         | <b>укроп(3гр)</b>                              |                                                                                |
| 3                         | <b>петрушка (3гр)</b>                          | Ккал-1                                                                         |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                | Ккал-389, Бел-15, Жир-8, Угл-62                                                |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                |                                                                                |
| 60                        | <b>Пирог с повидлом (60гр)</b>                 | Ккал-175, Бел-5, Жир-4, Угл-30                                                 |
| 150                       | <b>Чай сладкий с молоком (150гр)</b>           | Ккал-72, Бел-2, Жир-3, Угл-10                                                  |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                | Ккал-247, Бел-7, Жир-7, Угл-40                                                 |
| <b><u>Ужин</u></b>        |                                                |                                                                                |
| 150                       | <b>Суп куриный (150гр)</b>                     | Ккал-146, Бел-9, Жир-8, Угл-10                                                 |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>                   | Ккал-47, Бел-2, Угл-10                                                         |
| 150                       | <b>Чай сладкий с лимоном (150гр)</b>           | Ккал-21, Угл-5                                                                 |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                | Ккал-214, Бел-11, Жир-8, Угл-25                                                |
| <b>Итого за день</b>      |                                                | Ккал-1 288, Бел-45, Жир-39, Угл-185                                            |

Ответственный  
за питание



Агрофенина  
Мария  
Николаевна

Директор

Тарабыкина  
Александра  
Александровна

**Меню на 07.04.2026 год Сад**

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

**Завтрак**

|     |                                       |                                |
|-----|---------------------------------------|--------------------------------|
| 180 | <b>Каша "Дружба" молочная (180гр)</b> | Ккал-207, Бел-6, Жир-9, Угл-25 |
| 40  | <b>Батон с маслом (40гр)</b>          | Ккал-104, Бел-2, Жир-5, Угл-13 |
| 180 | <b>Какао на молоке (180гр)</b>        | Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14 |

**Итого за Завтрак** Ккал-442, Бел-13, Жир-20, Угл-52**Завтрак 2**

|     |                       |                 |
|-----|-----------------------|-----------------|
| 100 | <b>Яблоко (100гр)</b> | Ккал-47, Угл-10 |
|-----|-----------------------|-----------------|

**Итого за Завтрак 2** Ккал-47, Угл-10**Обед**

|     |                                                |                                |
|-----|------------------------------------------------|--------------------------------|
| 180 | <b>Щи рыбные со сметаной (180гр)</b>           | Ккал-89, Бел-5, Жир-5, Угл-8   |
| 50  | <b>Рыба под овощами (50гр)</b>                 | Ккал-29, Бел-5, Угл-1          |
| 120 | <b>Картофельное пюре (120гр)</b>               | Ккал-124, Бел-2, Жир-5, Угл-16 |
| 50  | <b>Салат из свеклы и соленых огурцов(50гр)</b> |                                |
| 50  | <b>Хлеб ржано-пшеничный (50гр)</b>             | Ккал-105, Бел-3, Угл-22        |
| 20  | <b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>                   | Ккал-47, Бел-2, Угл-10         |
| 180 | <b>Компот из сухофруктов (180гр)</b>           | Ккал-61, Угл-16                |
| 3   | <b>укроп(3гр)</b>                              |                                |
| 3   | <b>петрушка (3гр)</b>                          | Ккал-1                         |

**Итого за Обед** Ккал-456, Бел-17, Жир-10, Угл-73**Полдник**

|     |                                      |                                |
|-----|--------------------------------------|--------------------------------|
| 80  | <b>Пирог с повидлом (80гр)</b>       | Ккал-226, Бел-6, Жир-5, Угл-40 |
| 180 | <b>Чай сладкий с молоком (180гр)</b> | Ккал-88, Бел-3, Жир-3, Угл-12  |

**Итого за Полдник** Ккал-314, Бел-9, Жир-8, Угл-52**Ужин**

|     |                                      |                                  |
|-----|--------------------------------------|----------------------------------|
| 180 | <b>Суп куриный (180гр)</b>           | Ккал-189, Бел-10, Жир-11, Угл-13 |
| 20  | <b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>         | Ккал-47, Бел-2, Угл-10           |
| 180 | <b>Чай сладкий с лимоном (180гр)</b> | Ккал-26, Угл-6                   |

**Итого за Ужин** Ккал-262, Бел-12, Жир-11, Угл-29**Итого за день** Ккал-1 521, Бел-51, Жир-49, Угл-216Ответственный  
за питание

Директор

Тарабыкина  
Александра  
Александровна