

Меню на 10.04.2026 год Ясли

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

Завтрак

150	Каша пшеничная молочная (150гр)	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-18
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-384, Бел-13, Жир-16, Угл-46

Завтрак 2

100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
Итого за Завтрак 2		Ккал-46, Бел-1, Угл-10

Обед

150	Суп картофельный с бобовыми на мясо-костном бульоне (150гр)	Ккал-132, Бел-7, Жир-5, Угл-12
170	Бигос с мясом (170гр)	Ккал-167, Бел-16, Жир-7, Угл-9
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Компот из смеси ягод (150гр)	Ккал-29, Угл-7
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
Итого за Обед		Ккал-460, Бел-27, Жир-12, Угл-56

Полдник

65	Плюшка с изюмом (65гр)	Ккал-170, Бел-5, Жир-5, Угл-27
150	Кисель (150гр)	Ккал-69, Угл-17

Итого за Полдник Ккал-239, Бел-5, Жир-5, Угл-44**Ужин**

100	картофель отварной (100гр)	Ккал-59, Бел-1, Жир-2, Угл-10
25	Огурец соленый (25гр)	Ккал-1
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Чай сладкий с шиповником (150гр)	Ккал-28, Угл-6

Итого за Ужин Ккал-135, Бел-3, Жир-2, Угл-26**Итого за день** Ккал-1 264, Бел-49, Жир-35, Угл-182

Ответственный
за питание

Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна



Меню на 10.04.2026 год Сад

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

Завтрак

180	Каша пшеничная молочная (180гр)	Ккал-196, Бел-7, Жир-9, 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-431, Бел-14, Жир-20, Угл-49

Завтрак 2

100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
Итого за Завтрак 2		Ккал-46, Бел-1, Угл-10

Обед

180	Суп картофельный с бобовыми на мясо-костном бульоне (180гр)	Ккал-153, Бел-8, Жир-5, Угл-15
200	Бигос с мясом (200гр)	Ккал-212, Бел-20, Жир-10, Угл-10
50	Хлеб ржано-пшеничный (50гр)	Ккал-105, Бел-3, Угл-22
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
Итого за Обед		Ккал-552, Бел-33, Жир-15, Угл-65

Полдник

80	Плюшка с изюмом (80гр)	Ккал-205, Бел-6, Жир-6, Угл-33
200	Кисель (200гр)	Ккал-94, Угл-23
Итого за Полдник		Ккал-299, Бел-6, Жир-6, Угл-56

Ужин

130	картофель отварной (130гр)	Ккал-80, Бел-2, Жир-2, Угл-13
30	Огурец соленый (30гр)	Ккал-4, Угл-1
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Чай сладкий с шиповником (180гр)	Ккал-34, Угл-8
Итого за Ужин		Ккал-165, Бел-4, Жир-2, Угл-32

Итого за день Ккал-1 493, Бел-58, Жир-43, Угл-212

Ответственный
за питание



Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна