

Меню на 22.04.2026 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша пшеничная молочная (150гр)	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-19
35	Батон с сыром и маслом 35 гр.	Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14
150	Кофейный напиток на молоке (150гр)	Ккал-114, Бел-5, Жир-5, Угл-13
Итого за Завтрак		Ккал-385, Бел-15, Жир-16, Угл-46
<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	Свекольник с яйцом на курином бульоне (150гр)	Ккал-106, Бел-6, Жир-7, Угл-7
60	Тефтели мясные (60гр)	Ккал-149, Бел-11, Жир-7, Угл-9
80	каша гороховая рассыпчатая (80гр)	Ккал-123, Бел-7, Жир-3, Угл-15
35	Овощной салат (35гр)	Ккал-42, Жир-4, Угл-1
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
3	укроп(3гр)	Ккал-1
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
150	Компот из смеси ягод	Ккал-29, Угл-7
Итого за Обед		Ккал-581, Бел-28, Жир-21, Угл-67
<u>Полдник</u>		
50	Пряник (50гр)	Ккал-175, Бел-2, Жир-1, Угл-39
150	Ряженка (150гр)	Ккал-79, Бел-5, Жир-4, Угл-7
Итого за Полдник		Ккал-254, Бел-7, Жир-5, Угл-46
<u>Ужин</u>		
50	Оладьи из печени (50гр)	Ккал-101, Бел-7, Жир-6, Угл-7
100	Макароны отварные с маслом (100гр)	Ккал-130, Бел-3, Жир-3, Угл-23
35	Икра кабачковая (35гр)	Ккал-32, Бел-2, Жир-2, Угл-2
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Чай сладкий с лимоном (150гр)	Ккал-21, Угл-5
Итого за Ужин		Ккал-331, Бел-14, Жир-11, Угл-47
Итого за день		Ккал-1 597, Бел-65, Жир-53, Угл-216

Ответственный
за питание

Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

Меню на 22.04.2026 год Сад

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

Завтрак

180	Каша пшенная молочная (180гр)	Ккал-257, Бел-9, Жир-9, Угл-34
40	Батон с сыром и маслом 40 гр.	Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-16
180	Кофейный напиток на молоке (180гр)	Ккал-135, Бел-5, Жир-6, Угл-16

Итого за Завтрак Ккал-517, Бел-18, Жир-20, Угл-66**Завтрак 2**

100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
-----	------------------------------	------------------------

Итого за Завтрак 2 Ккал-46, Бел-1, Угл-10**Обед**

180	Свекольник с яйцом на курином бульоне (180гр)	Ккал-124, Бел-7, Жир-8, Угл-8
70	Тефтели мясные (70гр)	Ккал-191, Бел-14, Жир-9, Угл-11
100	каша гороховая рассыпчатая (100р)	Ккал-155, Бел-8, Жир-4, Угл-18
45	Овощной салат (45гр)	Ккал-53, Жир-5, Угл-2
50	Хлеб ржано-пшеничный (50гр)	Ккал-105, Бел-3, Угл-22
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
180	Компот из смеси ягод	Ккал-34, Угл-8

Итого за Обед Ккал-710, Бел-34, Жир-26, Угл-79**Полдник**

50	Пряник (50гр)	Ккал-175, Бел-2, Жир-1, Угл-39
180	Ряженка (180гр)	Ккал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-8

Итого за Полдник Ккал-270, Бел-8, Жир-6, Угл-47**Ужин**

60	Оладьи из печени (60гр)	Ккал-119, Бел-8, Жир-6, Угл-8
120	Макароны отварные с маслом (120гр)	Ккал-157, Бел-4, Жир-3, Угл-27
35	Икра кабачковая (35гр)	Ккал-32, Бел-2, Жир-2, Угл-2
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Чай сладкий с лимоном (180гр)	Ккал-26, Угл-6

Итого за Ужин Ккал-381, Бел-16, Жир-11, Угл-53**Итого за день** Ккал-1 924, Бел-77, Жир-63, Угл-255Ответственный
за питаниеАгрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна