Меню на 12.08.2026 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	*каша геркулесовая молочная (150гр)*	Ккал-204, Бел-7, Жир-8, Угл-26
35	*Батон с сыром и маслом 35 гр.*	Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14
150	*Чай сладкий с молоком (150гр)*	Ккал-72, Бел-2, Жир-3, Угл-10
	Итого за Завтрак	Ккал-386, Бел-13, Жир-15, Угл-50
	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 "Кудрявый" на курином бульоне (150гр)*	Ккал-117, Бел-7, Жир-8, Угл-7
170	*Голубцы ленивые мясные (170гр)*	Ккал-234, Бел-17, Жир-11, Угл-17
40	*Хлеб ржано-пшеничный (40гр)*	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
20	*Хлеб пшеничный (20гр)*	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
3	*укроп(3гр)*	
3	*петрушка (3гр)*	Ккал-1
150	*Компот из смеси ягод (150гр)*	Ккал-29, Угл-7
	Итого за Обед	Ккал-512, Бел-28, Жир-19, Угл-59
	Полдник	
50	*Вафли (50гр)*	Ккал-265, Бел-2, Жир-14, Угл-34
150	*Ряженка (150гр)*	Ккал-79, Бел-5, Жир-4, Угл-7
	Итого за Полдник	Ккал-344, Бел-7, Жир-18, Угл-41
	Ужин	
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-1 619, Бел-63, Жир-63, Угл-207

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

Директор Тарабыкина Александра Александровна

Меню на 12.08.2026 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
180	каша геркулесовая молочная (180гр) Сад	Ккал-243, Бел-8, Жир-10, Угл-30
40	Батон с сыром и маслом 40 гр.	Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-16
180	Чай сладкий с молоком (180гр)	Ккал-88, Бел-3, Жир-3, Угл-12
	Итого за Завтрак	Ккал-456, Бел-15, Жир-18, Угл-58
	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 "Кудрявый" на курином бульоне (180гр)	Ккал-140, Бел-8, Жир-9, Угл-8
200	Голубцы ленивые мясные (200гр)	Ккал-275, Бел-20, Жир-13, Угл-19
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
	Итого за Обед	Ккал-581, Бел-32, Жир-22, Угл-63
	Полдник	
50	Вафли (50гр)	Ккал-265, Бел-2, Жир-14, Угл-34
180	Ряженка (180гр)	Ккал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-8
	Итого за Полдник	Ккал-360, Бел-8, Жир-19, Угл-42
	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 (40гр)	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-1 824, Бел-72, Жир-70, Угл-226

Ответственный за питание _____ Агрофенина Мария Николаевна

Директор _____ Тарабыкина Александра Александровна _____

ОГРН 1163820053638 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 «ГБОУ СОШ п. Луначарский»