Меню на 14.08.2026 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 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-45
	Завтрак 2	
100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
	Итого за Завтрак 2	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
	Обед	
150	Борщ на курином бульоне (150гр)	Ккал-64, Бел-4, Жир-3, Угл-6
60	Тефтели мясные (60гр)	Ккал-149, Бел-11, Жир-7, Угл-9
80	Каша перловая рассыпчатая (80гр)	Ккал-125, Бел-3, Жир-3, Угл-22
30	салат капустный (30гр)	Ккал-30, Бел-1, Жир-2, Угл-2
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-529, Бел-23, Жир-15, Угл-74
	Полдник	
30	Печенье (30гр)	Ккал-120, Бел-2, Жир-6, Угл-20
150	Кисель (150гр)	Ккал-69, Угл-17
	Итого за Полдник	Ккал-189, Бел-2, Жир-6, Угл-37
	Ужин	
160	Каша гречневая с молоком (160гр)	Ккал-183, Бел-6, Жир-8, Угл-22
	Итого за Ужин	Ккал-183, Бел-6, Жир-8, Угл-22
	Итого за день	Ккал-1 332, Бел-47, Жир-45, Угл-188

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

«СП Детский сад «Дружная семейка» ОГРН 1116382000638 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 «ГБОУ СОШ п. Луначарский»

Директор Тарабыкина Александра Александровна

14.08.2026

Меню на 14.08.2026 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 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-456, Бел-16, Жир-20, Угл-54
	Завтрак 2	
100	***Сок фруктовый (100гр)***	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
	Итого за Завтрак 2	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
	Обед	
180	***Борщ на курином бульоне (180гр)***	Ккал-77, Бел-5, Жир-4, Угл-8
70	***Тефтели мясные (70гр)***	Ккал-191, Бел-14, Жир-9, Угл-11
100	***Каша перловая рассыпчатая (100гр)***	Ккал-158, Бел-4, Жир-3, Угл-27
50	***салат капустный (50гр)***	Ккал-50, Бел-1, Жир-4, Угл-3
40	***Хлеб ржано-пшеничный (40гр)***	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
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-642, Бел-28, Жир-20, Угл-85
	Полдник	
50	***Печенье (50гр)***	Ккал-200, Бел-4, Жир-10, Угл-34
200	***Кисель (200гр)***	Ккал-94, Угл-23
	Итого за Полдник	Ккал-294, Бел-4, Жир-10, Угл-57
	Ужин	
180	***Каша гречневая с молоком (180гр)***	Ккал-174, Бел-6, Жир-8, Угл-20
	Итого за Ужин	Ккал-174, Бел-6, Жир-8, Угл-20
	Итого за день	Ккал-1 612, Бел-55, Жир-58, Угл-226

Ответственный за питание _____ Агрофенина Мария Николаевна

Директор _____ Тарабыкина Александра Александровна _____

«СП Детский сад «Дружная семейка» ОГРН 1116382003338 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 «ГБОУ СОШ п. Луначарский»