

**Меню на 11.02.2026 год Ясли**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<b><u>Завтрак</u></b>		
150	<b>Каша пшеничная молочная (150гр)</b>	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-19
35	<b>Батон с сыром и маслом 35 гр.</b>	Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14
150	<b>Чай сладкий с молоком (150гр)</b>	Ккал-72, Бел-2, Жир-3, Угл-10
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-343, Бел-12, Жир-14, Угл-43
<b><u>Завтрак 2</u></b>		
100	<b>Сок фруктовый (100гр)</b>	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b><u>Обед</u></b>		
150	<b>Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (150гр)</b>	Ккал-143, Бел-7, Жир-7, Угл-12
70	<b>Гуляш из свинины (70гр)</b>	Ккал-130, Бел-10, Жир-7, Угл-4
80	<b>Каша перловая рассыпчатая (80гр)</b>	Ккал-125, Бел-3, Жир-3, Угл-22
30	<b>Салат из вареной свеклы с луком (30гр)</b>	Ккал-40, Жир-3, Угл-3
150	<b>Компот из сухофруктов (150гр)</b>	Ккал-50, Угл-13
25	<b>Хлеб пшеничный (25гр)</b>	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
25	<b>Хлеб ржано-пшеничный (25гр)</b>	Ккал-53, Бел-1, Угл-11
3	<b>укроп(3гр)</b>	
3	<b>петрушка (3гр)</b>	Ккал-1
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-601, Бел-23, Жир-20, Угл-77
<b><u>Полдник</u></b>		
30	<b>Вафли (30гр)</b>	Ккал-159, Бел-1, Жир-8, Угл-20
150	<b>Ряженка (150гр)</b>	Ккал-79, Бел-5, Жир-4, Угл-7
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-238, Бел-6, Жир-12, Угл-27
<b><u>Ужин</u></b>		
50	<b>Оладьи из печени (50гр)</b>	Ккал-101, Бел-7, Жир-6, Угл-7
100	<b>Макароньы отварные с маслом (100гр)</b>	Ккал-130, Бел-3, Жир-3, Угл-23
25	<b>Огурец соленый (25гр)</b>	Ккал-1
150	<b>Чай сладкий с лимоном (150гр)</b>	Ккал-21, Угл-5
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-253, Бел-10, Жир-9, Угл-35
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 481, Бел-52, Жир-55, Угл-192

Ответственный  
за питание

Агрофенина  
Мария  
Николаевна

Директор

Тарабыкина  
Александра  
Александровна



# Меню на 11.02.2026 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	Каша пшеничная 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	Чай сладкий с молоком (180гр)	Ккал-88, Бел-3, Жир-3, Угл-12
<b>Итого за Завтрак</b>		Ккал-470, Бел-16, Жир-17, Угл-62
<u>Завтрак 2</u>		
100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<b>Итого за Завтрак 2</b>		Ккал-46, Бел-1, Угл-10
<u>Обед</u>		
180	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (180гр)	Ккал-167, Бел-8, Жир-7, Угл-15
80	Гуляш из свинины (80гр)	Ккал-144, Бел-11, Жир-8, Угл-5
100	Каша перловая рассыпчатая (100гр)	Ккал-158, Бел-4, Жир-3, Угл-27
40	Салат из вареной свеклы с луком (40гр)	Ккал-53, Бел-1, Жир-4, Угл-4
180	Компот из сухофруктов (180гр)	Ккал-61, Угл-16
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
25	Хлеб ржано-пшеничный (25гр)	Ккал-53, Бел-1, Угл-11
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
<b>Итого за Обед</b>		Ккал-696, Бел-27, Жир-22, Угл-90
<u>Полдник</u>		
50	Вафли (50гр)	Ккал-265, Бел-2, Жир-14, Угл-34
180	Ряженка (180гр)	Ккал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-8
<b>Итого за Полдник</b>		Ккал-360, Бел-8, Жир-19, Угл-42
<u>Ужин</u>		
60	Оладьи из печени (60гр)	Ккал-119, Бел-8, Жир-6, Угл-8
120	Макароньы отварные с маслом (120гр)	Ккал-157, Бел-4, Жир-3, Угл-27
25	Огурец соленый (25гр)	Ккал-1
180	Чай сладкий с лимоном (180гр)	Ккал-26, Угл-6
<b>Итого за Ужин</b>		Ккал-303, Бел-12, Жир-9, Угл-41
<b>Итого за день</b>		Ккал-1 875, Бел-64, Жир-67, Угл-245

Ответственный  
за питание

Агрофенина  
Мария  
Николаевна

Директор

Тарабыкина  
Александра  
Александровна

