

Меню на 24.02.2026 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
150	Каша "Дружба" молочная (150гр)	Ккал-168, Бел-5, Жир-7, Угл-20
35	Батон с сыром и маслом 35 гр.	Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14
150	Какао на молоке (150гр)	Ккал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12
Итого за Завтрак		Ккал-387, Бел-14, Жир-16, Угл-46
<u>Завтрак 2</u>		
100	Яблоко (100гр)	Ккал-47, Угл-10
Итого за Завтрак 2		Ккал-47, Угл-10
<u>Обед</u>		
150	Суп рыбный с вермишелью (150гр)	Ккал-95, Бел-6, Жир-3, Угл-12
50	Котлета рыбная "Любительская" (50гр)	Ккал-65, Бел-8, Жир-2, Угл-4
100	Картофельное пюре (100гр)	Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-13
30	Салат из свежей капусты с морковью и луком (30гр)	Ккал-26, Бел-1, Жир-2, Угл-2
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
150	Компот из сухофруктов (150гр)	Ккал-50, Угл-13
Итого за Обед		Ккал-422, Бел-19, Жир-11, Угл-62
<u>Полдник</u>		
60	Ватрушка с повидлом (60гр)	Ккал-170, Бел-4, Жир-5, Угл-27
150	Кисель (150гр)	Ккал-69, Угл-17
Итого за Полдник		Ккал-239, Бел-4, Жир-5, Угл-44
<u>Ужин</u>		
60	Печень, тушенная в сметане (60гр)	Ккал-45, Бел-4, Жир-2, Угл-3
80	Каша гречневая рассыпчатая (80гр)	Ккал-107, Бел-4, Жир-2, Угл-17
25	Хлеб пшеничный (25гр)	Ккал-59, Бел-2, Угл-12
150	Чай сладкий (150гр)	Ккал-24, Угл-6
Итого за Ужин		Ккал-235, Бел-10, Жир-4, Угл-38
Итого за день		Ккал-1 330, Бел-47, Жир-36, Угл-200

Ответственный
за питание



Атрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

Меню на 24.02.2026 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак</u>		
180	Каша "Дружба" молочная (180гр)	Ккал-207, Бел-6, Жир-9, Угл-25
40	Батон с сыром и маслом 40 гр.	Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-16
180	Какао на молоке (180гр)	Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14
Итого за Завтрак		Ккал-463, Бел-15, Жир-20, Угл-55
<u>Завтрак 2</u>		
100	Яблоко (100гр)	Ккал-47, Угл-10
Итого за Завтрак 2		Ккал-47, Угл-10
<u>Обед</u>		
180	Суп рыбный с вермишелью (180гр)	Ккал-112, Бел-7, Жир-3, Угл-14
70	Котлета рыбная "Любительская" (70гр)	Ккал-93, Бел-11, Жир-3, Угл-6
120	Картофельное пюре (120гр)	Ккал-124, Бел-2, Жир-5, Угл-16
50	Салат из свежей капусты с морковью и луком (50гр)	Ккал-43, Бел-1, Жир-3, Угл-3
50	Хлеб ржано-пшеничный (50гр)	Ккал-105, Бел-3, Угл-22
180	Компот из сухофруктов (180гр)	Ккал-61, Угл-16
Итого за Обед		Ккал-538, Бел-24, Жир-14, Угл-77
<u>Полдник</u>		
80	Ватрушка с повидлом (80гр)	Ккал-233, Бел-5, Жир-7, Угл-38
200	Кисель (200гр)	Ккал-94, Угл-23
Итого за Полдник		Ккал-327, Бел-5, Жир-7, Угл-61
<u>Ужин</u>		
70	Печень, тушенная в сметане (70гр)	Ккал-52, Бел-5, Жир-2, Угл-3
100	Каша гречневая рассыпчатая (100гр)	Ккал-137, Бел-4, Жир-3, Угл-22
30	Хлеб пшеничный (30гр)	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
180	Чай сладкий (180гр)	Ккал-29, Угл-7
Итого за Ужин		Ккал-289, Бел-11, Жир-5, Угл-46
Итого за день		Ккал-1 664, Бел-55, Жир-46, Угл-249

Ответственный
за питание



Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна