Меню на 03.07.2026 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	***Каша пшенная 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
	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 м/к бульоне (150гр)***	Ккал-108, Бел-7, Жир-6, Угл-7
140	***Картофель тушеный с мясом (140гр)***	Ккал-187, Бел-14, Жир-7, Угл-13
40	***Салат из свеклы и соленых огурцов(40гр)***	
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)***	
	Итого за Обед	Ккал-455, Бел-25, Жир-13, Угл-55
	Полдник	
30	***Пряник (30гр)***	Ккал-105, Бел-1, Жир-1, Угл-23
150	***Кисель (150гр)***	Ккал-69, Угл-17
	Итого за Полдник	Ккал-174, Бел-1, Жир-1, Угл-40
	Ужин	
120	***Салат "Зимний" (120гр)***	Ккал-81, Бел-2, Жир-3, Угл-12
20	***Хлеб пшеничный (20гр)***	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	***Чай сладкий с лимоном (150гр)***	Ккал-21, Угл-5
	Итого за Ужин	Ккал-149, Бел-4, Жир-3, Угл-27
	Итого за день	Ккал-1 209, Бел-46, Жир-33, Угл-178

Ответственный за питание _____ Агрофенина Мария Николаевна

Директор _____ Тарабыкина Александра Александровна _____

«СП Детский сад «Дружная семейка» ОГРН 1116382[illegible] ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 «ГБОУ СОШ п. Луначарский»

Меню на 03.07.2026 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	***Суп "Кудрявый" на м/к бульоне (180гр)***	Ккал-128, Бел-9, Жир-7, Угл-8
160	***Картофель тушеный с мясом (160гр)***	Ккал-219, Бел-17, Жир-9, Угл-14
50	***Салат из свеклы и соленых огурцов(50гр)***	
50	***Хлеб ржано-пшеничный (50гр)***	Ккал-105, Бел-3, Угл-22
20	***Хлеб пшеничный (20гр)***	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	***Компот из смеси ягод (180гр)***	Ккал-34, Угл-8
3	***укроп(3гр)***	
	Итого за Обед	Ккал-533, Бел-31, Жир-16, Угл-62
	Полдник	
50	***Пряник (50гр)***	Ккал-175, Бел-2, Жир-1, Угл-39
200	***Кисель (200гр)***	Ккал-94, Угл-23
	Итого за Полдник	Ккал-269, Бел-2, Жир-1, Угл-62
	Ужин	
150	***Салат "Зимний" (150гр)***	Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-15
20	***Хлеб пшеничный (20гр)***	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	***Чай сладкий с лимоном (180гр)***	Ккал-26, Угл-6
	Итого за Ужин	Ккал-175, Бел-4, Жир-4, Угл-31
	Итого за день	Ккал-1 540, Бел-56, Жир-41, Угл-231

Ответственный за питание _____ Агрофенина Мария Николаевна

Директор _____ Тарабыкина Александра Александровна _____

«СП Детский сад «Дружная семейка» ОГРН 1116382002338 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 «ГБОУ СОШ п. Луначарский»