Меню на 23.07.2026 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
120	Запеканка творожная	Ккал-211, Бел-18, Жир-10, Угл-13
30	Молоко сгущенное (30гр)	Ккал-96, Бел-2, Жир-3, Угл-17
35	Батон с маслом (35гр)	Ккал-114, Бел-2, Жир-4, Угл-16
150	Какао на молоке (150гр)	Ккал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12
	Итого за Завтрак	Ккал-530, Бел-27, Жир-22, Угл-58
	Завтрак 2	
100	Яблоко (100гр)	Ккал-47, Угл-10
	Итого за Завтрак 2	Ккал-47, Угл-10
	Обед	
150	Суп "Крестьянский" на курином бульоне (150гр)	Ккал-120, Бел-5, Жир-6, Угл-12
170	Бигос с мясом (170гр)	Ккал-167, Бел-16, Жир-7, Угл-9
150	Компот из смеси ягод (150гр)	Ккал-29, Угл-7
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
30	Хлеб пшеничный (30гр)	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
	Итого за Обед	Ккал-472, Бел-25, Жир-13, Угл-60
	Полдник	
60	Пирожок печеный с картофелем (60гр)	Ккал-152, Бел-4, Жир-6, Угл-22
150	Ацидофилин (150гр)	Ккал-75, Бел-5, Жир-4, Угл-6
	Итого за Полдник	Ккал-227, Бел-9, Жир-10, Угл-28
	Ужин	
150	Плов овощной (150гр)	Ккал-216, Бел-4, Жир-6, Угл-35
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Напиток из плодов шиповника(150гр)	
	Итого за Ужин	Ккал-263, Бел-6, Жир-6, Угл-45
	Итого за день	Ккал-1 539, Бел-67, Жир-51, Угл-201

Ответственный за питание _____ Агрофенина Мария Николаевна

Директор _____ Тарабыкина Александра Александровна _____

«СП Детский сад «Дружная семейка» ОГРН 1116382003938 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 «ГБОУ СОШ п. Луначарский»

Меню на 23.07.2026 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	Запеканка творожная	Ккал-264, Бел-22, Жир-13, Угл-17
30	Молоко сгущенное (30гр)	Ккал-96, Бел-2, Жир-3, Угл-17
40	Батон с маслом (40гр)	Ккал-104, Бел-2, Жир-5, Угл-13
180	Какао на молоке (180гр)	Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14
	Итого за Завтрак	Ккал-595, Бел-31, Жир-27, Угл-61
	Завтрак 2	
100	Яблоко (100гр)	Ккал-47, Угл-10
	Итого за Завтрак 2	Ккал-47, Угл-10
	Обед	
180	Суп "Крестьянский" на курином бульоне (180гр)	Ккал-143, Бел-6, Жир-7, Угл-14
200	Бигос с мясом (200гр)	Ккал-212, Бел-20, Жир-10, Угл-10
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
30	Хлеб пшеничный (30гр)	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
	Итого за Обед	Ккал-545, Бел-30, Жир-17, Угл-64
	Полдник	
70	Пирожок печеный с картофелем (70гр)	Ккал-169, Бел-4, Жир-6, Угл-25
180	Ацидофилин (180гр)	Ккал-90, Бел-5, Жир-5, Угл-7
	Итого за Полдник	Ккал-259, Бел-9, Жир-11, Угл-32
	Ужин	
180	Плов овощной (180гр)	Ккал-258, Бел-4, Жир-8, Угл-42
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Напиток из плодов шиповника(180гр)	
	Итого за Ужин	Ккал-305, Бел-6, Жир-8, Угл-52
	Итого за день	Ккал-1 751, Бел-76, Жир-63, Угл-219

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

«ФП Детский сад «Дружная семейка» ОГРН 1116382002458 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 «ГБОУ СОШ п. Луначарский»

Директор Тарабыкина Александра Александровна