

Меню на 02.06.2026 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

150	Каша "Дружба" молочная (150гр)	Ккал-168, Бел-5, Жир-7, Угл-20
35	Батон с маслом (35гр)	Ккал-114, Бел-2, Жир-4, Угл-16
150	Кофейный напиток на молоке (150гр)	Ккал-114, Бел-5, Жир-5, Угл-13

Итого за Завтрак Ккал-396, Бел-12, Жир-16, Угл-49**Завтрак 2**

100	банан (100гр)	Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21
-----	----------------------	--------------------------------

Итого за Завтрак 2 Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21**Обед**

150	Щи рыбные со сметаной (150гр)	Ккал-76, Бел-4, Жир-4, Угл-7
50	Рыба под овощами (50гр)	Ккал-29, Бел-5, Угл-1
100	Картофельное пюре (100гр)	Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-13
40	Салат из свеклы и соленых огурцов(40гр)	
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
30	Хлеб пшеничный (30гр)	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
150	Компот из сухофруктов (150гр)	Ккал-50, Угл-13
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1

Итого за Обед Ккал-413, Бел-15, Жир-8, Угл-66**Полдник**

65	Плюшка с изюмом (65гр)	Ккал-170, Бел-5, Жир-5, Угл-27
150	Ряженка (150гр)	Ккал-79, Бел-5, Жир-4, Угл-7

Итого за Полдник Ккал-249, Бел-10, Жир-9, Угл-34**Ужин**

150	Суп куриный (150гр)	Ккал-146, Бел-9, Жир-8, Угл-10
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Напиток из плодов шиповника(150гр)	

Итого за Ужин Ккал-193, Бел-11, Жир-8, Угл-20**Итого за день** Ккал-1 361, Бел-50, Жир-42, Угл-190Ответственный
за питание

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

Меню на 02.06.2026 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

180	Каша "Дружба" молочная (180гр)	Ккал-207, Бел-6, Жир-9, Угл-25
40	Батон с маслом (40гр)	Ккал-104, Бел-2, Жир-5, Угл-13
180	Кофейный напиток на молоке (180гр)	Ккал-135, Бел-5, Жир-6, Угл-16

Итого за Завтрак Ккал-446, Бел-13, Жир-20, Угл-54**Завтрак 2**

100	банан (100гр)	Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21
-----	----------------------	--------------------------------

Итого за Завтрак 2 Ккал-110, Бел-2, Жир-1, Угл-21**Обед**

180	Щи рыбные со сметаной (180гр)	Ккал-89, Бел-5, Жир-5, Угл-8
50	Рыба под овощами (50гр)	Ккал-29, Бел-5, Угл-1
120	Картофельное пюре (120гр)	Ккал-124, Бел-2, Жир-5, Угл-16
50	Салат из свеклы и соленых огурцов(50гр)	
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
30	Хлеб пшеничный (30гр)	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
180	Компот из сухофруктов (180гр)	Ккал-61, Угл-16
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1

Итого за Обед Ккал-459, Бел-16, Жир-10, Угл-73**Полдник**

80	Плюшка с изюмом (80гр)	Ккал-205, Бел-6, Жир-6, Угл-33
180	Ряженка (180гр)	Ккал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-8

Итого за Полдник Ккал-300, Бел-12, Жир-11, Угл-41**Ужин**

180	Суп куриный (180гр)	Ккал-189, Бел-10, Жир-11, Угл-13
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Напиток из плодов шиповника(180гр)	

Итого за Ужин Ккал-236, Бел-12, Жир-11, Угл-23**Итого за день** Ккал-1 551, Бел-55, Жир-53, Угл-212

Ответственный
за питание

Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

