

Меню на 03.06.2026 год Ясли

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

Завтрак

150	каша геркулесовая молочная (150гр)	Ккал-204, Бел-7, Жир-8, Угл-26
35	Батон с сыром и маслом 35 гр.	Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14
150	Чай сладкий с молоком (150гр)	Ккал-72, Бел-2, Жир-3, Угл-10

Итого за Завтрак Ккал-386, Бел-13, Жир-15, Угл-50**Завтрак 2**

100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
-----	------------------------------	------------------------

Итого за Завтрак 2 Ккал-46, Бел-1, Угл-10**Обед**

150	Свекольник с яйцом на курином бульоне (150гр)	Ккал-106, Бел-6, Жир-7, Угл-7
60	Тефтели мясные (60гр)	Ккал-149, Бел-11, Жир-7, Угл-9
80	Каша гречневая рассыпчатая (80гр)	Ккал-107, Бел-4, Жир-2, Угл-17
35	Овощной салат (35гр)	Ккал-42, Жир-4, Угл-1
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
150	Компот из смеси ягод (150гр)	Ккал-29, Угл-7

Итого за Обед Ккал-565, Бел-25, Жир-20, Угл-69**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**

50	Оладьи из печени (50гр)	Ккал-101, Бел-7, Жир-6, Угл-7
100	Макароны отварные с маслом (100гр)	Ккал-130, Бел-3, Жир-3, Угл-23
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Чай сладкий с лимоном (150гр)	Ккал-21, Угл-5

Итого за Ужин Ккал-299, Бел-12, Жир-9, Угл-45**Итого за день** Ккал-1 470, Бел-52, Жир-45, Угл-214Ответственный
за питаниеАгрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

Меню на 03.06.2026 год Сад

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

Завтрак

180	каша геркулесовая молочная (180гр) Сад	Ккал-243, Бел-8, Жир-10, Угл-30
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

Итого за Завтрак Ккал-456, Бел-15, Жир-18, Угл-58

Завтрак 2

100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
-----	------------------------------	------------------------

Итого за Завтрак 2 Ккал-46, Бел-1, Угл-10

Обед

180	Свекольник с яйцом на курином бульоне (180гр)	Ккал-124, Бел-7, Жир-8, Угл-8
70	Тефтели мясные (70гр)	Ккал-191, Бел-14, Жир-9, Угл-11
100	Каша гречневая рассыпчатая (100гр)	Ккал-137, Бел-4, Жир-3, Угл-22
45	Овощной салат (45гр)	Ккал-53, Жир-5, Угл-2
50	Хлеб ржано-пшеничный (50гр)	Ккал-105, Бел-3, Угл-22
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8

Итого за Обед Ккал-692, Бел-30, Жир-25, Угл-83

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

60	Оладьи из печени (60гр)	Ккал-119, Бел-8, Жир-6, Угл-8
120	Макароны отварные с маслом (120гр)	Ккал-157, Бел-4, Жир-3, Угл-27
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Чай сладкий с лимоном (180гр)	Ккал-26, Угл-6

Итого за Ужин Ккал-349, Бел-14, Жир-9, Угл-51

Итого за день Ккал-1 812, Бел-62, Жир-53, Угл-264

Ответственный
за питаниеАгрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна