

# **Меню на 08.06.2026 год Ясли**

| Выход (г)                 | Наименование блюда                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                          |                                                                                |
| 160                       | <b>Каша манная молочная (160гр)</b>                      | Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-19                                                 |
| 35                        | <b>Батон с сыром и маслом 35 гр.</b>                     | Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14                                                 |
| 150                       | <b>Какао на молоке (150гр)</b>                           | Ккал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12                                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                          | Ккал-380, Бел-15, Жир-16, Угл-45                                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                          |                                                                                |
| 100                       | <b>Сок фруктовый (100гр)</b>                             | Ккал-46, Бел-1, Угл-10                                                         |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                          | Ккал-46, Бел-1, Угл-10                                                         |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                          |                                                                                |
| 150                       | <b>Суп гороховый на курином бульоне (150гр)</b>          | Ккал-129, Бел-6, Жир-4, Угл-15                                                 |
| 50                        | <b>Гуляш из печени (50гр)</b>                            | Ккал-81, Бел-4, Жир-5, Угл-5                                                   |
| 80                        | <b>Каша гречневая рассыпчатая (80гр)</b>                 | Ккал-107, Бел-4, Жир-2, Угл-17                                                 |
| 30                        | <b>Салат из свежей капусты с морковью и луком (30гр)</b> | Ккал-26, Бел-1, Жир-2, Угл-2                                                   |
| 150                       | <b>Компот из сухофруктов (150гр)</b>                     | Ккал-50, Угл-13                                                                |
| 40                        | <b>Хлеб ржано-пшеничный (40гр)</b>                       | Ккал-84, Бел-2, Угл-18                                                         |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>                             | Ккал-47, Бел-2, Угл-10                                                         |
| 3                         | <b>петрушка (3гр)</b>                                    | Ккал-1                                                                         |
| 3                         | <b>укроп(3гр)</b>                                        |                                                                                |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                          | Ккал-525, Бел-19, Жир-13, Угл-80                                               |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                          |                                                                                |
| 50                        | <b>Печенье (50гр)</b>                                    | Ккал-200, Бел-4, Жир-10, Угл-34                                                |
| 150                       | <b>Кисель (150гр)</b>                                    | Ккал-69, Угл-17                                                                |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                          | Ккал-269, Бел-4, Жир-10, Угл-51                                                |
| <b><u>Ужин</u></b>        |                                                          |                                                                                |
| 120                       | <b>Салат "Зимний" (120гр)</b>                            | Ккал-81, Бел-2, Жир-3, Угл-12                                                  |
| 150                       | <b>Чай сладкий с лимоном (150гр)</b>                     | Ккал-21, Угл-5                                                                 |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>                             | Ккал-47, Бел-2, Угл-10                                                         |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                          | Ккал-149, Бел-4, Жир-3, Угл-27                                                 |
| <b>Итого за день</b>      |                                                          | Ккал-1 369, Бел-43, Жир-42, Угл-213                                            |

Ответственный за питание



Агрофенина  
Мария  
Николаевна

Директор

Тарабыкина  
Александра  
Александровна



**Меню на 08.06.2026 год Сад**

| Выход (г)                 | Наименование блюда                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                          |                                                                                |
| 180                       | <b>Каша манная молочная (180гр)</b>                      | Ккал-194, Бел-6, Жир-9, Угл-23                                                 |
| 40                        | <b>Батон с сыром и маслом 40 гр.</b>                     | Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-16                                                 |
| 180                       | <b>Какао на молоке (180гр)</b>                           | Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14                                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                          | Ккал-450, Бел-15, Жир-20, Угл-53                                               |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                          |                                                                                |
| 100                       | <b>Сок фруктовый (100гр)</b>                             | Ккал-46, Бел-1, Угл-10                                                         |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                          | Ккал-46, Бел-1, Угл-10                                                         |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                          |                                                                                |
| 180                       | <b>Суп гороховый на курином бульоне (180гр)</b>          | Ккал-166, Бел-8, Жир-7, Угл-17                                                 |
| 70                        | <b>Гуляш из печени (70гр)</b>                            | Ккал-114, Бел-6, Жир-7, Угл-7                                                  |
| 100                       | <b>Каша гречневая рассыпчатая (100гр)</b>                | Ккал-137, Бел-4, Жир-3, Угл-22                                                 |
| 50                        | <b>Салат из свежей капусты с морковью и луком (50гр)</b> | Ккал-43, Бел-1, Жир-3, Угл-3                                                   |
| 180                       | <b>Компот из сухофруктов (180гр)</b>                     | Ккал-61, Угл-16                                                                |
| 50                        | <b>Хлеб ржано-пшеничный (50гр)</b>                       | Ккал-105, Бел-3, Угл-22                                                        |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>                             | Ккал-47, Бел-2, Угл-10                                                         |
| 3                         | <b>петрушка (3гр)</b>                                    | Ккал-1                                                                         |
| 3                         | <b>укроп(3гр)</b>                                        |                                                                                |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                          | Ккал-674, Бел-24, Жир-20, Угл-97                                               |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                          |                                                                                |
| 50                        | <b>Печенье (50гр)</b>                                    | Ккал-200, Бел-4, Жир-10, Угл-34                                                |
| 200                       | <b>Кисель (200гр)</b>                                    | Ккал-94, Угл-23                                                                |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                          | Ккал-294, Бел-4, Жир-10, Угл-57                                                |
| <b><u>Ужин</u></b>        |                                                          |                                                                                |
| 150                       | <b>Салат "Зимний" (150гр)</b>                            | Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-15                                                 |
| 180                       | <b>Чай сладкий с лимоном (180гр)</b>                     | Ккал-26, Угл-6                                                                 |
| 20                        | <b>Хлеб пшеничный (20гр)</b>                             | Ккал-47, Бел-2, Угл-10                                                         |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                                                          | Ккал-175, Бел-4, Жир-4, Угл-31                                                 |
| <b>Итого за день</b>      |                                                          | Ккал-1 639, Бел-48, Жир-54, Угл-248                                            |

Ответственный  
за питание



Директор

Тарабыкина  
Александра  
Александровна