

Меню на 26.05.2026 год Ясли

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

Завтрак

150	Каша рисовая молочная (150гр)	Ккал-169, Бел-5, Жир-7, Угл-20
25	Батон с маслом (25гр)	Ккал-87, Бел-2, Жир-4, Угл-11
150	Кофейный напиток на молоке (150гр)	Ккал-114, Бел-5, Жир-5, Угл-13

Итого за Завтрак Ккал-370, Бел-12, Жир-16, Угл-44

Завтрак 2

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

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

Обед

150	Щи рыбные со сметаной (150гр)	Ккал-76, Бел-4, Жир-4, Угл-7
60	Рыбные тефтели (60гр)	Ккал-106, Бел-8, Жир-6, Угл-6
100	Картофельное пюре (100гр)	Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-13
30	Салат из свеклы с зеленым горошком (30гр)	Ккал-32, Бел-1, Жир-2, Угл-3
150	Компот из смеси ягод (150гр)	Ккал-29, Угл-7
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

Итого за Обед Ккал-477, Бел-19, Жир-16, Угл-64

Полдник

70	Ватрушка с творогом (70гр)	Ккал-176, Бел-7, Жир-6, Угл-23
150	Кисель (150гр)	Ккал-69, Угл-17

Итого за Полдник Ккал-245, Бел-7, Жир-6, Угл-40

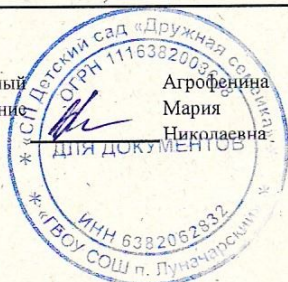
Ужин

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-1 331, Бел-50, Жир-46, Угл-178

Ответственный
за питание



Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

Меню на 26.05.2026 год Сад

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

Завтрак

180	Каша рисовая молочная (180гр)	Ккал-206, Бел-6, Жир-9, Угл-24
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-445, Бел-13, Жир-20, Угл-53

Завтрак 2

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

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

Обед

180	Щи рыбные со сметаной (180гр)	Ккал-89, Бел-5, Жир-5, Угл-8
80	Рыбные тефтели (80гр)	Ккал-143, Бел-11, Жир-8, Угл-9
120	Картофельное пюре (120гр)	Ккал-124, Бел-2, Жир-5, Угл-16
50	Салат из свеклы с зеленым горошком (50гр)	Ккал-54, Бел-1, Жир-3, Угл-6
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
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

Итого за Обед Ккал-597, Бел-24, Жир-21, Угл-79

Полдник

90	Ватрушка с творогом (90гр)	Ккал-235, Бел-9, Жир-8, Угл-32
200	Кисель (200гр)	Ккал-94, Угл-23

Итого за Полдник Ккал-329, Бел-9, Жир-8, Угл-55

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-1 653, Бел-59, Жир-60, Угл-220

Ответственный
за питание



Агрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна