

Меню на 08.05.2026 год Ясли

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

Завтрак

150	Каша пшеничная молочная (150гр)	Ккал-161, Бел-6, Жир-7, Угл-18
35	Батон с сыром и маслом 35 гр.	Ккал-110, Бел-4, Жир-4, Угл-14
150	Какао на молоке (150гр)	Ккал-109, Бел-5, Жир-5, Угл-12
Итого за Завтрак		Ккал-380, Бел-15, 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	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (150гр)	Ккал-143, Бел-7, Жир-7, Угл-12
170	Бигос с мясом (170гр)	Ккал-167, Бел-16, Жир-7, Угл-9
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Компот из смеси ягод (150гр)	Ккал-29, Угл-7
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
Итого за Обед		Ккал-471, Бел-27, Жир-14, Угл-56

Полдник

60	Пирожок печеный с картофелем (60гр)	Ккал-152, Бел-4, Жир-6, Угл-22
150	Кисель (150гр)	Ккал-69, Угл-17
Итого за Полдник		Ккал-221, Бел-4, Жир-6, Угл-39

Ужин

120	Салат "Зимний" (120гр)	Ккал-81, Бел-2, Жир-3, Угл-12
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Чай сладкий с лимоном (150гр)	Ккал-21, Угл-5
Итого за Ужин		Ккал-149, Бел-4, Жир-3, Угл-27

Итого за день Ккал-1 267, Бел-51, Жир-39, Угл-176Ответственный
за питание

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна

Меню на 08.05.2026 год Сад

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

Завтрак

180	Каша пшеничная молочная (180гр)	Ккал-196, Бел-7, Жир-9, Угл-22
40	Батон с сыром и маслом 40 гр.	Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-16
180	Какао на молоке (180гр)	Ккал-131, Бел-5, Жир-6, Угл-14

Итого за Завтрак Ккал-452, Бел-16, Жир-20, Угл-52**Завтрак 2**

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

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

180	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне (180гр)	Ккал-167, Бел-8, Жир-7, Угл-15
200	Бигос с мясом (200гр)	Ккал-212, Бел-20, Жир-10, Угл-10
50	Хлеб ржано-пшеничный (50гр)	Ккал-105, Бел-3, Угл-22
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1

Итого за Обед Ккал-566, Бел-33, Жир-17, Угл-65**Полдник**

70	Пирожок печеный с картофелем (70гр)	Ккал-169, Бел-4, Жир-6, Угл-25
200	Кисель (200гр)	Ккал-94, Угл-23

Итого за Полдник Ккал-263, Бел-4, Жир-6, Угл-48**Ужин**

150	Салат "Зимний" (150гр)	Ккал-102, Бел-2, Жир-4, Угл-15
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Чай сладкий с лимоном (180гр)	Ккал-26, Угл-6

Итого за Ужин Ккал-175, Бел-4, Жир-4, Угл-31**Итого за день** Ккал-1 502, Бел-58, Жир-47, Угл-206Ответственный
за питаниеАтрофенина
Мария
Николаевна

Директор

Тарабыкина
Александра
Александровна