Меню на 02.11.2026 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	Суп молочный с макаронными изделиями	Ккал-158, Бел-5, Жир-8, Угл-17
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-377, Бел-14, Жир-17, Угл-43
	Завтрак 2	
100	Сок фруктовый (100гр)	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
	Итого за Завтрак 2	Ккал-46, Бел-1, Угл-10
	Обед	
150	Рассольник на курином бульоне со сметаной (150гр)	Ккал-131, Бел-5, Жир-7, Угл-12
50	Гуляш из печени (50гр)	Ккал-81, Бел-4, Жир-5, Угл-5
80	Каша гречневая рассыпчатая (80гр)	Ккал-107, Бел-4, Жир-2, Угл-17
30	Салат из свежей капусты с морковью и луком (30гр)	Ккал-26, Бел-1, Жир-2, Угл-2
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-506, Бел-18, Жир-16, Угл-71
	Полдник	
60	Плюшка (60гр)	Ккал-162, Бел-5, Жир-5, Угл-26
150	Кисель (150гр)	Ккал-69, Угл-17
	Итого за Полдник	Ккал-231, Бел-5, Жир-5, Угл-43
	Ужин	
120	Ленивые вареники (120)	
150	Чай сладкий с лимоном (150гр)	Ккал-21, Угл-5
	Итого за Ужин	Ккал-21, Угл-5
	Итого за день	Ккал-1 181, Бел-38, Жир-38, Угл-172

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

Директор Тарабыкина Александра Александровна

СП Детский сад «Дружная семья» ОГРН 1116382003 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 ГБОУ СОШ п. Луначарский

Меню на 02.11.2026 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг). микроэлементы (мг)
	Завтрак	
180	Суп молочный с макаронными изделиями	Ккал-182, Бел-6, Жир-9, Угл-20
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-438, Бел-15, Жир-20, 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	
180	Рассольник на курином бульоне со сметаной (180гр)	Ккал-153, Бел-6, Жир-8, Угл-14
70	Гуляш из печени (70гр)	Ккал-114, Бел-6, Жир-7, Угл-7
100	Каша гречневая рассыпчатая (100гр)	Ккал-137, Бел-4, Жир-3, Угл-22
50	Салат из свежей капусты с морковью и луком (50гр)	Ккал-43, Бел-1, Жир-3, Угл-3
180	Компот из смеси ягод (180гр)	Ккал-34, Угл-8
40	Хлеб ржано-пшеничный (40гр)	Ккал-84, Бел-2, Угл-18
30	Хлеб пшеничный (30гр)	Ккал-71, Бел-2, Угл-14
3	укроп(3гр)	
3	петрушка (3гр)	Ккал-1
	Итого за Обед	Ккал-637, Бел-21, Жир-21, Угл-86
	Полдник	
80	Плюшка (80гр)	Ккал-217, Бел-6, Жир-7, Угл-34
200	Кисель (200гр)	Ккал-94, Угл-23
	Итого за Полдник	Ккал-311, Бел-6, Жир-7, Угл-57
	Ужин	
150	ленивые вареники(150)	
180	Чай сладкий с лимоном (180гр)	Ккал-26, Угл-6
	Итого за Ужин	Ккал-26, Угл-6
	Итого за день	Ккал-1 458, Бел-43, Жир-48, Угл-209

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

Директор Тарабыкина Александра Александровна

Детский сад «Дружная семья» ОГРН 1116382003633 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 «ГБОУ СОШ п. Луначарский»