Меню на 21.10.2026 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 перловая рассыпчатая (80гр)	Ккал-125, Бел-3, Жир-3, Угл-22
30	Салат витаминный (30гр)	Ккал-28, Бел-1, Жир-2, Угл-2
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 сухофруктов (150гр)	Ккал-50, Угл-13
	Итого за Обед	Ккал-590, Бел-25, Жир-19, Угл-81
	Полдник	
30	Пряник (30гр)	Ккал-105, Бел-1, Жир-1, Угл-23
150	Ряженка (150гр)	Ккал-79, Бел-5, Жир-4, Угл-7
	Итого за Полдник	Ккал-184, Бел-6, Жир-5, Угл-30
	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
25	Огурец соленый (25гр)	Ккал-1
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Чай сладкий с лимоном (150гр)	Ккал-21, Угл-5
	Итого за Ужин	Ккал-300, Бел-12, Жир-9, Угл-45
	Итого за день	Ккал-1 506, Бел-57, Жир-48, Угл-216

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

Директор Тарабыкина Александра Александровна

Меню на 21.10.2026 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 перловая рассыпчатая (100гр)	Ккал-158, Бел-4, Жир-3, Угл-27
50	Салат витаминный (50гр)	Ккал-46, Бел-1, Жир-3, Угл-4
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
180	Компот из сухофруктов (180гр)	Ккал-61, Угл-16
	Итого за Обед	Ккал-712, Бел-30, Жир-23, Угл-94
	Полдник	
50	Пряник (50гр)	Ккал-175, Бел-2, Жир-1, Угл-39
180	Ряженка (180гр)	Ккал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-8
	Итого за Полдник	Ккал-270, Бел-8, Жир-6, Угл-47
	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
30	Огурец соленый (30гр)	Ккал-4, Угл-1
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Чай сладкий с лимоном (180гр)	Ккал-26, Угл-6
	Итого за Ужин	Ккал-353, Бел-14, Жир-9, Угл-52
	Итого за день	Ккал-1 837, Бел-68, Жир-56, Угл-261

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

Директор Тарабыкина Александра Александровна