Меню на 28.10.2026 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	Каша ячневая молочная	Ккал-155, Бел-5, Жир-7, Угл-18
48	Батон с кабачковой икрой (48гр)	Ккал-102, Бел-3, Жир-2, Угл-19
150	Чай сладкий с молоком (150гр)	Ккал-72, Бел-2, Жир-3, Угл-10
	Итого за Завтрак	Ккал-329, Бел-10, Жир-12, Угл-47
	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 гороховый на курином бульоне 150гр	Ккал-129, Бел-6, Жир-4, Угл-15
170	Бигос с мясом 170гр	Ккал-167, Бел-16, Жир-7, Угл-9
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-457, Бел-26, Жир-11, Угл-59
	Полдник	
30	Пряник (30гр)	Ккал-105, Бел-1, Жир-1, Угл-23
150	Ацидофилин (150гр)	Ккал-75, Бел-5, Жир-4, Угл-6
	Итого за Полдник	Ккал-180, Бел-6, Жир-5, Угл-29
	Ужин	
150	Плов овощной (150гр)	Ккал-216, Бел-4, Жир-6, Угл-35
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
150	Чай сладкий с лимоном (150гр)	Ккал-21, Угл-5
	Итого за Ужин	Ккал-284, Бел-6, Жир-6, Угл-50
	Итого за день	Ккал-1 296, Бел-49, Жир-34, Угл-195

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

Директор Тарабыкина Александра Александровна

Меню на 28.10.2026 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
180	Каша ячневая молочная	Ккал-191, Бел-6, Жир-8, Угл-22
54	Батон с кабачковой икрой (54гр)	Ккал-113, Бел-4, Жир-2, Угл-20
180	Чай сладкий с молоком (180гр)	Ккал-88, Бел-3, Жир-3, Угл-12
	Итого за Завтрак	Ккал-392, Бел-13, Жир-13, Угл-54
	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 гороховый на курином бульоне 180гр	Ккал-166, Бел-8, Жир-7, Угл-17
200	Бигос с мясом 200гр	Ккал-212, Бел-20, Жир-10, Угл-10
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-568, Бел-32, Жир-17, Угл-67
	Полдник	
50	Пряник (50гр)	Ккал-175, Бел-2, Жир-1, Угл-39
180	Ацидофилин (180гр)	Ккал-90, Бел-5, Жир-5, Угл-7
	Итого за Полдник	Ккал-265, Бел-7, Жир-6, Угл-46
	Ужин	
180	Плов овощной (180гр)	Ккал-258, Бел-4, Жир-8, Угл-42
20	Хлеб пшеничный (20гр)	Ккал-47, Бел-2, Угл-10
180	Чай сладкий с лимоном (180гр)	Ккал-26, Угл-6
	Итого за Ужин	Ккал-331, Бел-6, Жир-8, Угл-58
	Итого за день	Ккал-1 602, Бел-59, Жир-44, Угл-235

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

Директор Тарабыкина Александра Александровна

«СП Детский сад «Дружная семейка» ОГРН 1116382003638 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ ИНН 6382062832 «ГБОУ СОШ п. Луначарский»