02.09.2026

ГБОУ СОШ п. Луначарский

Меню на 02.09.2026 год Ясли

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	***Каша ячневая молочная (150гр)***	Ккал-155, Бел-5, Жир-7, Угл-18
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-337, Бел-11, Жир-14, Угл-42
	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
70	***Бефстроганов из свинины (70гр)***	Ккал-85, Бел-5, Жир-5, Угл-4
80	***Каша перловая рассыпчатая (80гр)***	Ккал-125, Бел-3, Жир-3, Угл-22
30	***салат капустный (30гр)***	Ккал-30, Бел-1, Жир-2, Угл-2
150	***Компот из смеси ягод***	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-507, Бел-19, Жир-17, Угл-70
	Полдник	
40	***Батон с повидлом (40гр)***	Ккал-102, Бел-2, Жир-1, Угл-23
150	***Ряженка (150гр)***	Ккал-79, Бел-5, Жир-4, Угл-7
	Итого за Полдник	Ккал-181, Бел-7, 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-1 371, Бел-50, Жир-45, Угл-197

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

Директор Тарабыкина Александра Александровна

Меню на 02.09.2026 год Сад

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
180	Каша ячневая молочная (180гр)	Ккал-191, Бел-6, Жир-8, Угл-22
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-404, Бел-13, Жир-16, 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	Свекольник с яйцом на курином бульоне (180гр)	Ккал-124, Бел-7, Жир-8, Угл-8
90	Бефстроганов из свинины (90гр)	Ккал-114, Бел-6, Жир-7, Угл-5
100	Каша перловая рассыпчатая (100гр)	Ккал-158, Бел-4, Жир-3, Угл-27
50	салат капустный (50гр)	Ккал-50, Бел-1, Жир-4, Угл-3
180	Компот из смеси ягод	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-636, Бел-22, Жир-22, Угл-83
	Полдник	
60	Батон с повидлом (60гр)	Ккал-154, Бел-2, Жир-1, Угл-34
180	Ряженка (180гр)	Ккал-95, Бел-6, Жир-5, Угл-8
	Итого за Полдник	Ккал-249, Бел-8, Жир-6, Угл-42
	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
25	Огурец соленый (25гр)	Ккал-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-350, Бел-14, Жир-9, Угл-51
	Итого за день	Ккал-1 685, Бел-58, Жир-53, Угл-236

Ответственный за питание Агрофенина Мария Николаевна

Директор Тарабыкина Александра Александровна