

МЕНЮ**Ясли**

29 декабря

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг ценность (калл)	Витамины С
1-й ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная	150	5,5	6	26	178,5	1
	Чай с сахаром	150	0,2		11	42	
	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,7	8	14	135,4	
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100			12	48	5
ОБЕД	Суп с вермишелью	150	1,7	2	14	74,5	
	Голубцы ленивые	150	10,6	29	10	338	1
	Компот из сухофруктов	150	0,5		21	85,4	1
	Хлеб ржаной	40	2,5	2	16	80,2	1
ПОЛДНИК							
УЖИН	Кефир	150	4,2	5	7	84,4	3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	1	15	70,4	
	Салат Сказка	180	4,2	1	14	76,2	
	Чай с сахаром	150	0,2		11	42	
	Яйцо варёное.	25	3,2	3	1	39,3	
		1460	37,8	57	172	1294,3	12

МЕНЮ**Сад**

29 декабря

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8	
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг ценность (калл)	Витамины С	
1-й ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная	205	8	9	36	244	2	
	Чай с сахаром	180	1		13	50,4		
	Бутерброд с маслом сливочным	45	4	11	18	174,1		
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100				12	48	5
ОБЕД	Суп с вермишелью	200	3	3	18	99,3		
	Голубцы ленивые	200	15	39	13	450,7	1	
	Компот из сухофруктов	180	1		26	102,5	1	
	Хлеб ржаной	50	4	2	19	100,2	1	
ПОЛДНИК	Кефир	180	6	6	8	101,3	3	
	Хлеб пшеничный	40	4	1	20	93,8		
УЖИН	Салат Сказка	200	5	1	16	84,6		
	Чай с сахаром	180	1		13	50,4		
	Яйцо варёное.	25	4	3	1	39,3		
		1785	56	75	213	1638,6	13	

МЕНЮ**Ясли**

30 декабря

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг ценность (калл)	Витамины С
1-й ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	150	5,3	5	29	180,7	1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,1	3	15	89,1	1
	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,7	8	14	135,4	
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100			12	48	5
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	150	3,8	4	6	66,5	
	Макароны отварные	90	3,4	4	22	126,7	
	Сосиска	60	6,6	15	1	160,2	
	Компот из сухофруктов	150	0,5		21	85,4	1
	Хлеб ржаной	40	2,5	2	16	80,2	1
ПОЛДНИК	Кефир	150	4,2	5	7	84,4	3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	1	15	70,4	
УЖИН	Булочка домашняя	100	7,3	12	62	380,4	
	Чай с сахаром	150	0,2		11	42	
		1355	40,9	59	231	1549,4	12

МЕНЮ**Сад**

30 декабря

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг ценность (калл)	Витамины С
1-й ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	205	8	7	40	246,9	2
	Кофейный напиток с молоком	180	3	3	18	106,9	1
	Бутерброд с маслом сливочным	45	4	11	18	174,1	
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100			12	48	5
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	200	5	5	8	88,6	
	Макароны отварные	110	5	4	26	154,9	
	Сосиска	60	7	15	1	160,2	
	Компот из сухофруктов	180	1		26	102,5	1
	Хлеб ржаной	50	4	2	19	100,2	1
ПОЛДНИК	Кефир	180	6	6	8	101,3	3
	Хлеб пшеничный	40	4	1	20	93,8	
УЖИН	Булочка домашняя	100	8	12	62	380,4	
	Чай с сахаром	180	1		13	50,4	
		1630	56	66	271	1808,2	13