

МЕНЮ



Ясли

9 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углево ды	Энерг ценность (ккал)	Витами н С
1-й ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром	150	10,8	12	39	177	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 крестьянский с крупой	150	3,8	4	6	66,5	
	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	Кефир	150	4,2	5	7	84,4	3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	1	15	70,4	
УЖИН	Салат Винегрет овощной	150	2,3	19	15	232,7	12
	Яйцо варёное.	25	3,2	3	1	39,3	
	Чай с сахаром	150	0,2		11	42	
		1430	43,3	83	178	1441,3	24

МЕНЮ



Сад

9 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг ценность (ккал)	Витам ин С
1-й ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром	200	15	15	52	236	1
	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 крестьянский с крупой	200	5	5	8	88,6	
	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 Винегрет овощной	200	3	21	17	258,6	13
	Яйцо варёное.	25	4	3	1	39,3	
	Чай с сахаром	180	1		13	50,4	
		1780	63	103	220	1793,9	25

МЕНЮ



Ясли

10 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углево ды	Энерг ценность (ккал)	Витами н С
1-й ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная	150	3,8	5	24	153,8	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	Бульон из курицы с яйцом	150	0,8	1		4,5	
	Картофельное пюре	90	2	4	14	96,3	3
	Суфле куриное	70	23,1	27	2	338,2	1
	Свежий огурец	30	0,2	1	2	4,5	
	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	Вареники ленивые творожные	150	23,3	8	24	250,9	
	Сгущеное молоко	30	1,5	3	17	96	
	Кисель	150	0,2		15	60,6	2
		1475	69,2	68	198	1597,7	18

МЕНЮ



Сад

10 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг ценность (ккал)	Витам ин С
1-й ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная	205	6	7	33	210,2	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	Бульон из курицы с яйцом	200	1	1		6	
	Картофельное пюре	110	3	5	18	117,7	3
	Суфле куриное	70	24	27	2	338,2	1
	Свежий огурец	30	1	1	2	4,5	
	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	Вареники ленивые творожные	170	27	8	27	284,4	
	Сгущеное молоко	30	2	3	17	96	
	Кисель	180	1		18	72,8	2
		1770	87	75	238	1856,6	19

МЕНЮ



Ясли

11 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углево ды	Энерг ценность (ккал)	Витами н С
1-й ЗАВТРАК	Каша манная молочная	150	4,5	6	23	162,5	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 гороховый	150	1,4	3	9	59,3	
	Ёжики мясные	130	7,7	7	8	133,6	1
	Салат из моркови и свеклы	40	0,6	5	4	50,5	
	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	Колоб	100	12	8	66	380,3	
	Чай с сахаром	30	0,2		11	42	
	Яблоко	120	0,4	1	18	57,2	13
		1375	39,2	46	235	1431,2	25

МЕНЮ



Сад

11 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг ценность (ккал)	Витам ин С
1-й ЗАВТРАК	Каша манная молочная	205	7	9	32	222,1	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 гороховый	200	2	4	11	79,1	
	Ёжики мясные	170	11	9	11	174,7	1
	Салат из моркови и свеклы	50	1	6	4	63,1	
	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	Колоб	100	12	8	66	380,3	
	Чай с сахаром	30	1		13	50,4	
	Яблоко	150	1	1	21	66	15
		1680	55	57	274	1706	28