

МЕНЮ



Ясли

23 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 гороховый	150	1,4	3	9	59,3	
	Греча по купечески	150	9,3	4	21	150	
	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	39,6	57	192	1246,1	23

МЕНЮ



Сад

23 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 гороховый	200	2	4	11	79,1	
	Греча по купечески	200	13	5	27	200	
	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	58	68	237	1533,7	24

МЕНЮ



Ясли

24 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин 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
	Салат из свежих огурцов и помидор	40	0,4	4	2	35,9	
	Компот из сухофруктов	150	0,5		21	85,4	1
ПОЛДНИК	Кефир	150	4,2	5	7	84,4	3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	1	15	70,4	
УЖИН	Морковные оладьи с повидлом	180	6,5	8	19	174,1	
	Чай с сахаром	150	0,2		11	42	
	Фрукт	140	1	4	21	70	
		1585	49,6	70	177	1427,5	15

МЕНЮ



Сад

24 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин 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
	Салат из свежих огурцов и помидор	50	1	4	3	44,9	
	Компот из сухофруктов	180	1		26	102,5	1
ПОЛДНИК	Кефир	180	6	6	8	101,3	3
	Хлеб пшеничный	40	4	1	20	93,8	
УЖИН	Морковные оладьи с повидлом	200	8	9	21	193,4	
	Чай с сахаром	180	1		13	50,4	
	Фрукт	160	2	4	24	80	
		1900	64	78	216	1667,4	16

МЕНЮ



Ясли

25 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углево ды	Энерг ценность (калл)	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	Борщ со свежей капустой	150	1,2	4	7	66,7	8
	Макароны отварные	90	3,4	4	22	126,7	
	Гуляш из говядины	60	10,9	13	4	165,8	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	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
		1435	57,4	54	208	1475	22

МЕНЮ



Сад

25 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углевод ы	Энерг ценность (калл)	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	Борщ со свежей капустой	200	2	6	9	88,9	10
	Макароны отварные	110	5	4	26	154,9	
	Гуляш из говядины	80	15	17	5	221,1	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	Вареники ленивые творожные	170	27	8	27	284,4	
	Сгущеное молоко	30	2	3	17	96	
	Кисель	180	1		18	72,8	2
		1750	79	67	250	1810,5	25

МЕНЮ



Ясли

26 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 пшенная молочная	150	4,5	6	26	166,2	1
	Какао с молоком	150	2,9	3	20	115,5	1
	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,7	8	14	135,4	
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100			12	48	5
ОБЕД	Щи из св капусты со сметаной	150	1,3	4	7	64,7	8
	Картофельное пюре	90	2	4	14	96,3	3
	Котлеты рыбные	60	6,3	2	5	51,6	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	Омлет молочный с кукурузой	180	12,3	15	6	208,2	
	Чай с сахаром	150	0,2		11	42	
		1465	41,9	51	176	1252,8	24

МЕНЮ



Сад

26 июня

2025 г.

1	2	3	4	5	6	7	8
Приём пищи	Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углевод-ы	Энерг-ценность (ккал)	Витами-н С
1-й ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная	205	7	8	35	227,2	2
	Какао с молоком	180	4	4	24	138,6	1
	Бутерброд с маслом сливочным	45	4	11	18	174,1	
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100			12	48	5
ОБЕД	Щи из св капусты со сметаной	200	2	6	9	86,3	10
	Картофельное пюре	110	3	5	18	117,7	3
	Котлеты рыбные	80	9	2	6	68,8	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	Омлет молочный с кукурузой	200	14	17	7	231,3	
	Чай с сахаром	180	1		13	50,4	
		1780	60	63	217	1544,7	27

МЕНЮ



Ясли

27 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 "Дружба" (ячневая,пшеничная)	150	5,4	6	28	179,6	
	Чай с сахаром	150	0,2		11	42	
	Бутерброд с сыром, маслом сл.	45	4,7	12	17	170,7	1
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100			12	48	5
ОБЕД	Суп рассольник	150	3,1	7	20	89,8	5
	Запеканка картофельная с мясом	150	18,7	19	14	293,3	
	Икра кабачковая	30	0,4	3	3	29,1	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	
	Яблоко	130	0,4	1	18	57,2	13
		1525	49,9	68	255	1652,5	31

МЕНЮ



Сад

27 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 "Дружба" (ячневая,пшеничная)	205	8	8	38	245,4	
	Чай с сахаром	180	1		13	50,4	
	Бутерброд с сыром, маслом сл.	57	6	15	21	216,3	1
2-й ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100			12	48	5
ОБЕД	Суп рассольник	200	5	10	26	119,7	6
	Запеканка картофельная с мясом	200	25	25	18	391	
	Икра кабачковая	30	1	3	3	29,1	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	
	Яблоко	150	1	1	21	66	15
		1852	71	83	300	1994,5	34