

УТВЕРЖДАЮ
и.о. заведующего (Попова К.В.)

26.06.2025

Меню на 26.06.2025 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
КАША "АССОРТИ"	150	129,45	3,82	4,13	19,58
БАТОН	25	59,5	2	0,25	12,3
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	63	5,1	4,6	0,3
КАКАО С МОЛОКОМ	170	113,79	2,47	2,13	21,06
ХЛЕБЦЫ ДИЕТА	20	57,2	0,56	0,64	9,04
Завтрак 2					
ЯБЛОКО	129	60,63	0,52	0,52	12,64
На весь день					
Соль	3				
Обед					
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	93,6	2,88	2,29	15,36
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	83,71	2,82	2,67	10,98
БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	132,07	6,9	6,53	10,13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39,2	1,12	0,16	8,08
БАТОН	20	47,6	1,6	0,2	9,84
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	62,55	0,15	0,08	15,38
МЯСО ОТВАРНО(СВИНИНА)ДИЕТА	60				
Полдник					
КЕФИР	180	55,75	5,39	0,18	7,19
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	214,71	3,93	7,39	33,27
ПЕЧЕНЬЕ ДИЕТА	20	55,6	1,52	1,6	10,08
Ужин 1					
СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	16,8	0,6	0,04	3,52
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	129	179,61	5,39	6,6	24,51
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39,2	1,12	0,16	8,08
БАТОН	20	47,6	1,6	0,2	9,84
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	36,78	0,04		9,15

Меню на 26.06.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
КАША "АССОРТИ"	208	179,5	5,3	5,72	27,14
БАТОН	29	69,02	2,31	0,33	14,25
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	63	5,1	4,6	0,3
КАКАО С МОЛОКОМ	206	137,89	2,99	2,58	25,52
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 4 8 9 12 12 12ГР	180	245,23	4,3	5,48	44,88
ЧАЙ БЕЗ САХАРА 1 4 8 9 12 12 12ГР	180	0,91	0,12	0,03	0,04
ХЛЕБЦЫ 4 12 12ГР	20	57,2	0,56	0,64	9,04
Завтрак 2					
СОК	180	77,4	0,9	0,18	17,82
ЯБЛОКО 1 8 12ГР	147	69,09	0,59	0,59	14,41
На весь день					
Соль	3				
Обед					
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	218	102,02	3,14	2,49	16,74
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	157	101,09	3,4	3,23	13,26
БИТОЧКИ ИЗ КУР	77	169,5	8,85	8,37	12,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	64,68	1,85	0,26	13,33
БАТОН	23	54,74	1,84	0,23	11,32
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	75,06	0,18	0,09	18,45
КУРИЦА ОТВАРНАЯ 4 9 12ГР	76	156,56	15,5	10,34	0,46
Полдник					
КЕФИР	196	60,7	5,87	0,2	7,83
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	250,49	4,59	8,62	38,82
ПЕЧЕНЬЕ 1 4 8 12 12ГР	20	55,6	1,52	1,6	10,08
ЧАЙ БЕЗ САХАРА 4 8 9 12 12 12ГР	180	0,91	0,12	0,03	0,04
Ужин 1					
СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	64	26,88	0,96	0,06	5,63
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	145	201,89	6,06	7,42	27,55
ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	43,12	1,23	0,18	8,89
БАТОН	23	54,74	1,83	0,26	11,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	182	37,19	0,04		9,25