

1 день ЗАВТРАК

		ясли	сад
Каша манная молочная		150	200
Какао на молоке		150	200
Батон нарезной		30	40
Масло сливочное		4	5
10.00	Сок яблочный	1	1

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
12,87/17,47	18,6/22,98	59,12/76,74	428,62/545,16

ОБЕД

		ясли	сад
Борщ с курами		180	200
Плов из мяса кур		160	200
Компот из сухофруктов		150	200
Хлеб ржано-пшеничный		40	50

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
21,14/29,38	19,89/26,16	44,70/112,57	455,59/722,8

ПОЛДНИК

		ясли	сад
Пирожки печенные с капустой и яйцом		70	80
Свекла отварная		30	45
Чай с сахаром		150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
5,2/6,64	7,5/10,85	30,99/39,98	222,8/287,04

2 день
ЗАВТРАК

		ясли	сад
Каша молочная «Тигренок»		150	200
Какао на молоке		150	200
Батон нарезной		30	40
Масло сливочное		4	5
Сыр		5	7,5
10.00	Кисломолочный напиток	1	1

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
16,9/22,35	24,68/31,08	59,82/78,05	520,28/670,8

ОБЕД

		ясли	сад
Салат из отварной свеклы с луком		40	60
Суп картофельный с мясом кур		180	200
Сухарики из батона нарезного		15	20
Рагу овощное с мясом		160	200
Компот из сухофруктов		150	200
Хлеб ржано-пшеничный		40	50

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
16,97/21,06	16,87/22,15	58,76/83,58	492,68/674,88

ПОЛДНИК

		ясли	сад
Сырники из творога с морковь		100	120
Соус молочный сладкий		30	30
Батон нарезной		150	200
Чай сладкий		150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
16,49/20,05	15,78/20,5	53,82/74,63	401,43/534,2

3 день **ЗАВТРАК**

		ясли	сад
Суп молочный с макаронными изделиями		180	200
Какао на молоке		150	200
Батон нарезной		30	40
Масло сливочное		4	5
Сыр		5	7,5
10.00	Яблочный сок	200	200

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
13,17/18,8	17,14/23,34	46,21/62,04	391,25/529,96

ОБЕД

		ясли	сад
Салат из белокачанной капусты с морковью		40	60
Суп крестьянский		180	200
Картофельное пюре		120	150
Котлета из мяса кур		60	200
Компот из сухофруктов		150	200
Хлеб ржано-пшеничный		40	50

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
17,76/22,03	23,61/30,53	65,6/90,27	554,84/705,86

ПОЛДНИК

		ясли	сад
Суфле рыбное		80	100
Батон нарезной		150	200
Чай сладкий		150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
5,84/11,31	12,92/18,81	24,68/32,79	229,03/290,83

4 день
ЗАВТРАК

		ясли	сад
Каша молочная геркулесовая		150	200
Какао на молоке		150	200
Батон нарезной		30	40
Масло сливочное		4	5
10.00	Яблоко	1	1

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
14,6/19,62	17,77/23,64	52,305/67,38	421,73/554,43

ОБЕД

		ясли	сад
Салат из моркови		40	60
Суп рыбный		180	200
Ленивые голубцы		160	200
Соус томатный с маслом сливочным		30	30
Компот из сухофруктов		150	200
Хлеб ржано-пшеничный		40	50
Батон нарезной		30	40

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
38,61/49,69	21,13/27,25	77,97/111,57	675,58/878,22

ПОЛДНИК

		ясли	сад
Шанежка с картофелем		70	80
Чай с сахаром		150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
7,87/9,09	9,65/12,17	41,22/47,96	255,14/302,97

5 день **ЗАВТРАК**

		ясли	сад
	Каша пшеничная молочная	150	200
	Какао на молоке	150	200
	Батон нарезной	30	40
	Масло сливочное	4	5
10.00	Сок яблочный	200	200

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
14,48/19,54	21,75/26,81	57,47/74,76	476,18/609,97

ОБЕД

		ясли	сад
	Салат из капусты и свеклы	40	60
	Суп картофельный с бобовыми	180	200
	Жаркое по-домашнему	160	200
	Компот из сухофруктов	150	200
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50
	Батон нарезной		

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
23,095/29,768	21,952/28,436	57,928/83,178	551,059/703,446

ПОЛДНИК

		ясли	сад
	Запеканка из творога	100	120
	Батон нарезной	30	40
	Чай с сахаром	150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
18,62/22,63	14,32/17,03	38,39/47,38	334,94/403,46

6 день **ЗАВТРАК**

	ясли	сад
Каша гречневая на молоке	150	200
Какао на молоке	150	200
Батон нарезной	30	40
Масло сливочное	4	5

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
15,58/20,37	18,86/23,12	55,89/72,52	450,14/572,36

ОБЕД

	ясли	сад
Салат из моркови	40	60
Суп картофельный с вермишелью и курами	180	200
Курица в соусе томатном	60	70
Картофельное пюре	120	150
Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб ржано-пшеничный	40	50

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
17,33/21,50	24,08/29,24	77,84/97,90	584,18/716,66

ПОЛДНИК

	ясли	сад
Булочка домашняя	50	70
Яйцо отварное	1шт	1шт
Чай сладкий	150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
8,76/10,21	11,49/14/25	31,57/42,15	222,38/275,10

7 день
ЗАВТРАК

		ясли	сад
Суп с макаронными изделиями		180	200
Какао на молоке		150	200
Батон нарезной		30	40
Масло сливочное		4	5
Сыр		5	7,5
10.00	Сок	1	1

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
12,35/16,07	17,71/22,775	42,41/54,145	377,25/484,47

ОБЕД

		ясли	сад
Салат из свеклы		40	60
Щи из капусты		180	200
Рис отварной со сливочным маслом		120	150
Биточек из мяса кур		60	70
Компот из сухофруктов		150	200
Хлеб ржано-пшеничный		40	50
Батон нарезной		15	20

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
17,594/21,50	24,08/29,24	77,84/97,90	584,18/716,66

ПОЛДНИК

		ясли	сад
Пудинг творожный		100	120
Соус молочный сладкий		30	30
Батон нарезной		15	20
Чай сладкий		150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
17.18/22,66	19,73/25/62	55,43/77,03	405,15/595,23

8 день **ЗАВТРАК**

	ясли	сад
Каша рисовая молочная	150	200
Какао на молоке	150	200
Батон нарезной	30	40
Масло сливочное	4	5
Сыр	5	7,5
10.00		

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
13,52/18,11	22,05/27,68	57,41/74,66	480,9/611,79

ОБЕД

	ясли	сад
Салат из белокачанной капусты с морковью	40	60
Свекольник с яйцом	180	200
Плов гречневый из мяса кур	160	200
Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб ржано-пшеничный	40	50

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
36,15/41,27	22,01/26,77	66,51/77,34	626,32/773,59

ПОЛДНИК

	ясли	сад
Котлеты рыбные	60	70
Пюре из гороха с маслом		120
Рожки отварные с маслом (ясли)	100	
Батон нарезной	20	30
Чай сладкий	150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
12,87/20,73	5,34/7,49	27,35/48,48	181,405/290,76

9 день
ЗАВТРАК

		ясли	сад
Каша молочная «Дружба»		150	200
Какао на молоке		150	200
Батон нарезной		30	40
Масло сливочное		4	5
10.00			

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
13,94/18,76	18,12/23,01	58,65/79,47	447,29/593,02

ОБЕД

		ясли	сад
Салат из моркови		40	60
Щи из капусты с рыбой		180	200
Гуляш с мясом		50	70
Макаронные изделия отварные		120	150
Компот из сухофруктов		150	200
Хлеб ржано-пшеничный		40	50

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
16,23/20,432	12,17/15,984	62,585/86,267	430,315/544,189

ПОЛДНИК

		ясли	сад
Омлет на натуральном молоке		130	150
Батон нарезной		30	40
Чай сладкий		150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
17,60/21,33	32,61/38,03	26,33/32,07	365,01/431,74

10 день **ЗАВТРАК**

	ясли	сад
Суп молочный рисовый	150	200
Какао на молоке	150	200
Батон нарезной	30	40
Масло сливочное	4	5
10.00		

Химический состав завтрака

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
12,1/18,03	17,58/25,04	49,42/69,29	396,84/562,75

ОБЕД

	ясли	сад
Суп с мучными клецками	180	200
Зразы мясные с яйцом	60	80
Капуста тушеная с томатом	120	150
Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб ржано-пшеничный	40	50

Химический состав обеда

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
21,87/26,48	20,29/26,51	55,71/79,29	482,36/623,6

ПОЛДНИК

	ясли	сад
Запеканка из творога	100	120
Батон нарезной	30	40
Чай сладкий	150	200

Химический состав полдника

Пищевые вещества			
Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал
14,38/15,91	14,58/16,76	32,02/38,46	289,7/336,59

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097540

Владелец Прохорова Татьяна Юрьевна

Действителен С 09.04.2025 по 09.04.2026