

Ознакомлена: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
Н.С. Зубавленко

Меню (ясли) на 15.04.2025г



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша манная молочная жидкая	140	4,34	5,22	21,60	150,78
Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,90
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>9,75</b>	<b>9,58</b>	<b>46,19</b>	<b>310,38</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,00	20,25	67,88
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,38</b>	<b>0,00</b>	<b>20,25</b>	<b>67,88</b>
<b>Обед</b>					
Салат "Степной"	30	0,55	2,33	4,05	39,24
Борщ с капустой и картофелем	150	1,10	3,00	6,39	57,00
Плов из птицы	150	15,56	5,44	25,13	220,70
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
<b>Итого за Обед</b>	<b>520</b>	<b>20,63</b>	<b>11,24</b>	<b>72,58</b>	<b>482,94</b>
<b>Полдник</b>					
Напиток из плодов шиповника	150	0,53	0,23	17,10	72,75
Оладьи	50	3,75	6,34	19,34	149,06
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>4,28</b>	<b>6,57</b>	<b>36,44</b>	<b>221,81</b>
<b>Ужин</b>					
Каша рассыпчатая с овощами	160	7,96	5,19	35,64	221,58
Чай с сахаром	200	0,1	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>8,82</b>	<b>10,68</b>	<b>37,44</b>	<b>353,98</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 620</b>	<b>43,86</b>	<b>38,07</b>	<b>212,90</b>	<b>1 436,99</b>

Согласованно:  
Заведующий МДОАУ \_\_\_\_\_

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
Н. С. Зубавленко

Меню (ясли) на 16.04.2025г



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	15	1,12	0,44	7,71	39,30
Масло (порциями)	5	0,025	4,13	0,04	37,4
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	140	5,01	6,58	20,16	159,88
Кофейный напиток с молоком	190	3,04	2,57	15,11	75,05
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>9,20</b>	<b>13,72</b>	<b>43,02</b>	<b>311,63</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Напиток из плодов шиповника	150	0,53	0,23	17,10	72,75
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,53</b>	<b>0,23</b>	<b>17,10</b>	<b>72,75</b>
<b>Обед</b>					
Винегрет овощной	30	0,40	1,85	2,53	28,44
Суп картофельный с крупой	150	1,19	1,64	8,75	54,45
Жаркое по-домашнему	130	16,15	16,97	22,17	255,45
Кисель плодово-ягодный	150	1,05	0,00	21,75	91,50
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>500</b>	<b>21,43</b>	<b>20,94</b>	<b>68,80</b>	<b>502,24</b>
<b>Полдник</b>					
Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,00	20,25	67,88
Булочка молочная	50	4,80	1,10	28,10	142,00
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>5,18</b>	<b>1,10</b>	<b>48,35</b>	<b>209,88</b>
<b>Ужин</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром	170	10,29	8,59	28,90	233,75
Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>12,67</b>	<b>8,83</b>	<b>58,86</b>	<b>365,25</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 600</b>	<b>49,01</b>	<b>44,82</b>	<b>236,13</b>	<b>1 461,75</b>

Согласованно:  
Заведующий МДОАУ \_\_\_\_\_

Утверждаю: ген. директор  
ООО «Комбинат питания № 1»  
Н. С. Зубавленко

**Меню (ясли) на 17.04.2025г**



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша пшеничная молочная жидкая	140	5,46	6,62	25,06	198,52
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>7,05</b>	<b>7,20</b>	<b>55,14</b>	<b>315,12</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>82,50</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свеклы отварной	30	0,45	1,65	2,52	26,70
Рассольник ленинградский	150	1,23	3,15	9,75	72,75
Котлеты рубленные из птицы	50	9,35	0,15	7,78	85,83
Каша гречневая вязкая	110	5,04	7,08	17,93	155,65
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>530</b>	<b>19,09</b>	<b>12,66</b>	<b>68,91</b>	<b>485,33</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с лимоном	180	0,09	0,00	13,68	54,90
Печенье	35	2,63	3,43	26,04	145,95
<b>Итого за Полдник</b>	<b>215</b>	<b>2,72</b>	<b>3,43</b>	<b>39,72</b>	<b>200,85</b>
<b>Ужин</b>					
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	5,14	4,50	102,14
Рис припущенный	110	2,67	3,15	26,89	146,63
Чай с сахаром	160	0,08	0,00	12,00	48,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>14,53</b>	<b>8,53</b>	<b>58,15</b>	<b>367,27</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 645</b>	<b>44,14</b>	<b>31,82</b>	<b>221,92</b>	<b>1 451,07</b>