

Ознакомлена : И.Г. Саушкина
Заведующий МДОАУ № 183

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



Меню (ясли) на 1.07.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша манная молочная жидкая	140	4,34	5,22	21,60	150,78
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
Итого за Завтрак 1	350	5,93	5,80	51,68	267,38
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
Итого за Завтрак 2	150	0,75	0,00	0,00	82,50
Обед					
Винегрет овощной	30	0,40	1,85	2,53	28,44
Суп картофельный с клецками	150/20	1,73	1,44	12,49	88,50
Птица тушенная в соусе с овощами	150	7,80	1,89	13,74	191,47
Кисель плодово-ягодный	150	1,05	0,00	21,75	91,50
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого за Обед	540	14,02	5,50	70,19	493,91
Полдник					
Булочка молочная	50	4,80	1,10	28,10	142,00
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Итого за Полдник	200	5,18	1,25	45,43	214,00
Ужин					
Каша рассыпчатая с овощами	170	8,67	5,65	38,85	241,32
Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,20	54,30
Итого за Ужин	400	10,75	6,01	64,25	356,62
Итого за день	1 640	36,63	18,56	231,55	1 414,41

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____

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

Меню (ясли) на 2.07.2025г



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,88	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,025	4,13	0,04	37,4
Каша рисовая молочная жидкая	140	3,88	6,04	22,68	160,58
Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,90
Итого за Завтрак 1	350	7,14	12,07	49,88	336,38
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
Итого за Завтрак 2	150	0,75	0,00	0,00	82,50
Обед					
Овощи натуральные (помидоры)	30	0,33	0,06	1,14	7,20
Рассольник ленинградский	150	1,23	3,15	9,75	72,75
Котлеты рубленые из птицы	50	9,35	0,15	7,78	85,83
Макаронные изделия отварные	110	3,19	0,50	21,30	106,26
Компот из смеси сухофруктов	180	0,46	0,00	24,30	81,46
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого за Обед	560	17,60	4,18	83,95	447,50
Полдник					
Кисломолочная продукция	150	4,35	3,75	6,00	75,00
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,33	29,42	155,83
Итого за Полдник	200	8,60	6,08	35,42	230,83
Ужин					
Омлет натуральный	130	11,20	17,40	2,30	222,02
Салат "Степной"	40	0,73	3,11	5,40	52,32
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,20	54,30
Итого за Ужин	400	14,01	20,87	32,90	388,64
Итого за день	1 660	48,10	43,20	202,15	1 485,85

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____

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



Меню (ясли) на 3.07.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша пшеничная молочная жидкая	140	5,18	5,23	25,55	170,10
Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,90
Итого за Завтрак 1	350	10,59	9,59	50,14	329,70
Завтрак 2					
Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,00	20,25	67,88
Итого за Завтрак 2	150	0,38	0,00	20,25	67,88
Обед					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	30	0,93	2,07	6,57	48,60
Суп картофельный с крупой (пшено)	150	1,19	1,64	9,11	54,45
Печень говяжья по-строгановски	70	11,45	8,78	2,74	135,55
Каша гречневая вязкая	110	5,03	7,08	17,93	183,95
Напиток из плодов шиповника	150	0,53	0,23	16,88	72,75
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
Итого за Обед	550	21,77	20,28	66,83	567,70
Полдник					
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Ватрушка с повидлом	50	3,08	1,42	34,08	161,67
Итого за Полдник	200	3,46	1,57	51,41	233,67
Ужин					
Тефтели рыбные тушеные	75	7,28	2,79	8,43	88,11
Рис припущенный	110	2,66	3,15	26,89	146,63
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
Итого за Ужин	400	12,69	6,22	66,04	370,99
Итого за день	1 650	48,89	37,66	254,67	1 569,94

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____

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

Меню (ясли) на 4.07.2025г



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша пшенная молочная жидкая	140	5,46	6,62	25,06	198,52
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
Итого за Завтрак 1	350	7,05	7,20	55,14	315,12
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
Итого за Завтрак 2	150	0,75	0,00	0,00	82,50
Обед					
Салат из свежих помидоров	30	0,03	3,06	1,05	33,00
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,26	3,59	5,60	59,76
Плов из птицы	160	16,59	5,80	26,80	235,42
Кисель плодово-ягодный	150	1,05	0,00	21,75	91,50
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
Итого за Обед	560	21,57	12,93	68,80	492,08
Полдник					
Чай с молоком	150	1,13	0,98	11,93	60,75
Булочка творожная	50	6,54	3,03	24,79	153,00
Итого за Полдник	200	7,67	4,01	36,72	213,75
Ужин					
Суп молочный с макаронными изделиями	170	4,85	4,44	13,58	149,60
Какао с молоком	180	0,63	0,27	20,52	87,30
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	400	9,28	5,11	58,70	354,40
Итого за день	1 660	46,32	29,25	219,36	1 457,85