

Согласовано:  
Заведующий МДОАУ \_\_\_\_\_

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
Н. Г. Зубявченко

**Меню на 24.07.2025г**



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	170	6,63	8,04	30,43	241,06
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>8,23</b>	<b>8,62</b>	<b>62,01</b>	<b>363,66</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>99,00</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты с морковью	50	0,80	5,05	4,80	68,00
Рассольник ленинградский	200	1,64	4,20	13,00	97,00
Котлеты рубленые из птицы	70	13,09	0,21	10,89	120,17
Каша гречневая вязкая	130	5,95	8,37	21,19	183,95
Компот из свежих плодов	180	0,45	0,18	20,79	86,40
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>670</b>	<b>24,57</b>	<b>18,49</b>	<b>84,27</b>	<b>627,92</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00
Печенье	50	3,75	4,90	37,20	208,50
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>3,85</b>	<b>4,90</b>	<b>52,40</b>	<b>269,50</b>
<b>Ужин</b>					
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	5,14	4,50	102,14
Рис припущенный	130	3,15	3,72	31,78	173,29
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>460</b>	<b>15,03</b>	<b>9,10</b>	<b>66,04</b>	<b>405,93</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 960</b>	<b>52,58</b>	<b>41,11</b>	<b>264,72</b>	<b>1 766,01</b>

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

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

Меню (ясли) на 24.07.2025г

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 белокачанной капусты с морковью	30	0,48	3,03	2,45	40,80
Рассольник ленинградский	150	1,23	3,15	9,75	72,75
Котлеты рубленые 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>19,12</b>	<b>14,04</b>	<b>68,84</b>	<b>499,43</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>44,17</b>	<b>33,20</b>	<b>221,85</b>	<b>1 465,17</b>