

Согласованно:

Заведующий МДОАУ 196

Генд. Попов Е. П.

Меню на 8.07.2025г

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

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша манная молочная жидкая	160	4,96	5,97	24,69	172,32
Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81,00
Итого за Завтрак 1	400	11,27	10,75	56,01	366,22
Завтрак 2					
Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	24,30	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,45	0,00	24,30	99,00
Обед					
Салат из свежих помидоров	50	0,50	5,10	1,75	55,00
Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00
Плов из птицы	160	16,59	5,80	26,80	235,42
Компот из свежих плодов	180	0,45	0,18	20,79	86,40
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Обед	640	22,80	15,48	82,46	570,32
Полдник					
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Оладьи	50	3,75	6,34	19,34	149,06
Итого за Полдник	250	4,45	6,64	42,14	246,06
Ужин					
Каша рассыпчатая с овощами	205	10,20	6,65	45,70	283,90
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,97	0,54	15,30	81,45
Итого за Ужин	450	8,82	10,68	37,44	425,35
Итого за день	1 920	47,79	43,55	242,35	1 706,95

Согласованно:

Заведующий МДОАУ 196

Генд. Борова С.А.

Утверждаю: ген. директор

ООО "Комбинат питания № 1"

Н. С. Зубавленко

Меню (ясли) на 8.07.2025г

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 манная молочная жидкая	140	4,34	5,22	21,60	150,78
Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,90
Итого за Завтрак 1	350	9,75	9,58	46,19	310,38
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 из свежих помидоров	30	0,03	3,06	1,05	33,00
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
Итого за Обед	520	20,11	11,97	69,58	476,70
Полдник					
Напиток из плодов шиповника	150	0,53	0,23	17,10	72,75
Оладьи	50	3,75	6,34	19,34	149,06
Итого за Полдник	200	4,28	6,57	36,44	221,81
Ужин					
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
Итого за Ужин	400	8,82	10,68	37,44	353,98
Итого за день	1 620	43,34	38,80	209,90	1 430,75