

Согласовано:  
Заведующий МДОАХ



### Меню на 15.05.2025г



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

| Наименование блюда               | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>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     | 170            | 6,63                 | 8,04  | 30,43    | 241,06                            |
| Чай с сахаром                    | 200            | 0,10                 | 0,00  | 15,00    | 60,00                             |
| Итого за Завтрак 1               | 400            | 8,23                 | 8,62  | 62,01    | 363,66                            |
| Завтрак 2                        |                |                      |       |          |                                   |
| Соки овощные, фруктовые          | 180            | 0,90                 | 0,00  | 0,00     | 99,00                             |
| Итого за Завтрак 2               | 180            | 0,90                 | 0,00  | 0,00     | 99,00                             |
| Обед                             |                |                      |       |          |                                   |
| Салат из свеклы отварной         | 50             | 0,75                 | 2,75  | 4,20     | 44,50                             |
| Рассольник ленинградский         | 200            | 1,64                 | 4,20  | 13,00    | 97,00                             |
| Котлеты рубленные 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          | 200            | 0,5                  | 0,20  | 23,10    | 96,00                             |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 50             | 3,30                 | 0,60  | 17,00    | 90,50                             |
| Итого за Обед                    | 700            | 25,23                | 16,33 | 89,38    | 632,12                            |
| Полдник                          |                |                      |       |          |                                   |
| Чай с лимоном                    | 200            | 0,10                 | 0,00  | 15,20    | 61,00                             |
| Печенье                          | 50             | 3,75                 | 4,90  | 37,20    | 208,50                            |
| Итого за Полдник                 | 250            | 3,85                 | 4,90  | 52,40    | 269,50                            |
| Ужин                             |                |                      |       |          |                                   |
| 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                   | 50             | 3,80                 | 0,40  | 24,60    | 117,50                            |
| Итого за Ужин                    | 480            | 16,55                | 9,26  | 75,88    | 452,93                            |
| Итого за день                    | 2 010          | 54,76                | 39,11 | 279,67   | 1 817,21                          |



Заведующий МДОАУ

ООО "Комбинат питания № 1"

~~ИТАЛИЯ~~ Н. С. Зубавленко

Меню (ясли) на 15.05.2025г.

| Наименование блюда               | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>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 пшенная 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 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>19,09</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>                   |