

Согласованно:

Заведующий МДОАУ 196

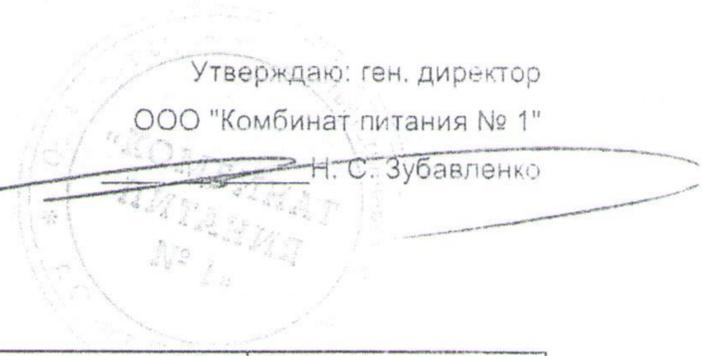
*Николаева С.Н.*

Утверждаю: ген. директор

ООО "Комбинат питания № 1"

*Н.С. Зубавленко*

Меню на 17.07.2025г.



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
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша пшеничная молочная жидкая	170	6,29	6,35	31,03	206,55
Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>11,85</b>	<b>10,84</b>	<b>57,21</b>	<b>374,25</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	24,30	99,00
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>180</b>	<b>0,45</b>	<b>0,00</b>	<b>24,30</b>	<b>99,00</b>
<b>Обед</b>					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	50	1,55	3,45	10,95	81,00
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	1,58	2,19	12,15	72,60
Печень говяжья по-строгановски	70	11,45	8,78	2,74	135,55
Каша гречневая вязкая	130	5,95	8,37	21,19	183,95
Напиток из плодов шиповника	180	0,63	0,27	20,52	87,30
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
<b>Итого за Обед</b>	<b>670</b>	<b>24,20</b>	<b>23,38</b>	<b>87,23</b>	<b>654,40</b>
<b>Полдник</b>					
Компот из свежих плодов	200	0,5	0,20	23,10	96,00
Ватрушка с повидлом	50	3,08	1,42	34,08	161,67
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>3,58</b>	<b>1,62</b>	<b>57,18</b>	<b>257,67</b>
<b>Ужин</b>					
Тефтели рыбные тушеные	75	7,28	2,79	8,43	88,11
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	45	3,42	0,36	22,14	105,75
<b>Итого за Ужин</b>	<b>450</b>	<b>13,95</b>	<b>6,87</b>	<b>77,35</b>	<b>427,15</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 950</b>	<b>54,03</b>	<b>42,71</b>	<b>303,27</b>	<b>1 812,47</b>

Согласованно:

Заведующий МДОАУ 196

*Гонимов / Гонимов С. А.*

Утверждаю: ген. директор

ООО "Комбинат питания № 1"

Н. С. Зубавленко

Меню (ясли) на 17.07.2025г

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
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
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>10,59</b>	<b>9,59</b>	<b>50,14</b>	<b>329,70</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 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
<b>Итого за Обед</b>	<b>550</b>	<b>21,77</b>	<b>20,28</b>	<b>66,83</b>	<b>567,70</b>
<b>Полдник</b>					
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
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>3,46</b>	<b>1,57</b>	<b>51,41</b>	<b>233,67</b>
<b>Ужин</b>					
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
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>12,69</b>	<b>6,22</b>	<b>66,04</b>	<b>370,99</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 650</b>	<b>48,89</b>	<b>37,66</b>	<b>254,67</b>	<b>1 569,94</b>