

Согласованно:

Заведующий МДОУ



Утверждаю: ген. директор

ООО "Комбинат питания № 1"

И. С. Зубавленко

Меню на 31.03.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша пшеничная молочная жидкая	160	5,92	5,98	29,20	194,40
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>8,27</b>	<b>6,85</b>	<b>65,92</b>	<b>343,20</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 картофельный с огурцами солеными	50	0,85	2,65	5,25	48,00
Суп картофельный с бобовыми	180	1,66	3,06	10,89	77,76
Котлеты рубленные из птицы	70	13,09	0,21	10,89	120,17
Макаронные изделия отварные	130	4,90	0,59	25,17	125,58
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
<b>Итого за Обед</b>	<b>680</b>	<b>24,30</b>	<b>7,11</b>	<b>96,20</b>	<b>572,01</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с молоком	200	1,5	1,30	15,90	81,00
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,33	29,42	155,83
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>5,75</b>	<b>3,63</b>	<b>45,32</b>	<b>236,83</b>
<b>Ужин</b>					
Рагу из овощей	200	4,84	13,70	20,52	224,46
Кисель плодово-ягодный	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>450</b>	<b>10,04</b>	<b>14,10</b>	<b>74,12</b>	<b>463,96</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 960</b>	<b>49,26</b>	<b>31,69</b>	<b>281,56</b>	<b>1 715,00</b>

Согласовано:  
Заведующий МДОУ



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

### Меню на 01.04.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
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
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>11,27</b>	<b>10,75</b>	<b>56,01</b>	<b>366,22</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 "Степной"	50	0,91	3,89	6,75	65,40
Борщ с капустой и картофелем	200	1,46	4,00	8,52	76,00
Плов из птицы	170	17,63	6,17	28,48	250,13
Компот из свежих плодов	200	0,50	0,20	23,10	96,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
<b>Итого за Обед</b>	<b>670</b>	<b>24,30</b>	<b>14,66</b>	<b>91,45</b>	<b>605,03</b>
<b>Полдник</b>					
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Оладьи	60	4,50	7,61	23,21	178,87
<b>Итого за Полдник</b>	<b>260</b>	<b>5,20</b>	<b>7,91</b>	<b>46,01</b>	<b>275,87</b>
<b>Ужин</b>					
Каша рассыпчатая с овощами	205	10,20	6,65	45,70	283,90
Чай с сахаром	200	0,1	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>455</b>	<b>8,82</b>	<b>10,68</b>	<b>37,44</b>	<b>434,40</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 965</b>	<b>50,04</b>	<b>44,00</b>	<b>255,21</b>	<b>1 780,52</b>

Согласовано:  
Заведующий МДОАУ



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

Меню на 02.04.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Масло (порциями)	5	0,025	4,13	0,04	37,4
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	160	5,73	7,52	23,04	182,72
Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,90	79,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>400</b>	<b>11,59</b>	<b>15,37</b>	<b>56,97</b>	<b>390,82</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>200</b>	<b>0,70</b>	<b>0,30</b>	<b>22,80</b>	<b>97,00</b>
<b>Обед</b>					
Винегрет овощной	50	0,68	3,09	4,22	47,40
Суп картофельный с крупой	200	1,58	2,19	11,66	72,60
Жаркое по-домашнему	150	18,64	19,58	25,58	294,75
Кисель плодово-ягодный	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
<b>Итого за Обед</b>	<b>650</b>	<b>25,60</b>	<b>25,46</b>	<b>87,46</b>	<b>627,25</b>
<b>Полдник</b>					
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00
Булочка молочная	50	4,80	1,10	28,10	142,00
<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>5,30</b>	<b>1,10</b>	<b>55,10</b>	<b>252,00</b>
<b>Ужин</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром	200	12,10	10,10	34,00	275,00
Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>450</b>	<b>16,00</b>	<b>10,50</b>	<b>73,80</b>	<b>453,50</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 950</b>	<b>59,19</b>	<b>52,73</b>	<b>296,13</b>	<b>1 820,57</b>

Согласованно:  
Заведующий МДОАУ



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

Меню на 03.04.2025г

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 свеклы отварной	50	0,75	2,75	4,20	44,50
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	200	0,5	0,20	23,10	96,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
<b>Итого за Обед</b>	<b>700</b>	<b>25,23</b>	<b>16,33</b>	<b>89,38</b>	<b>632,12</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	50	3,80	0,40	24,60	117,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>480</b>	<b>16,55</b>	<b>9,26</b>	<b>75,88</b>	<b>452,93</b>
<b>Итого за день</b>	<b>2 010</b>	<b>54,76</b>	<b>39,11</b>	<b>279,67</b>	<b>1 817,21</b>

