

Согласованно:

Заведующий МДОАУ _____

Утверждаю: ген. директор

ООО "Комбинат питания № 1"

Н. С. Зубавленко



Меню (ясли) на 16.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшенная молочная жидкая	140	5,90	3,23	29,81	171,95
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
Итого за Завтрак 1	350	10,54	10,69	55,88	362,04
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Итого за Завтрак 2	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Обед					
Салат из свежих огурцов	30	0,21	3,03	0,60	30,60
Суп картофельный с бобовыми	150	3,61	2,68	11,80	85,70
Котлеты рубленные	50	7,28	9,24	4,73	131,17
Макаронные изделия отварные	110	4,81	3,34	26,40	152,29
Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	60,85
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	530	19,06	18,98	71,12	528,93
Полдник					
Кефир	175	5,10	5,62	7,03	99,08
Печенье	25	1,88	2,95	18,73	108,95
Итого за Полдник	200	6,98	8,57	25,76	208,03
Ужин					
Запеканка из творога со сметаной	170	24,74	17,68	20,66	252,45
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,50
Итого за Ужин	400	27,19	18,60	46,13	372,41
Итого за день	1 630	64,65	56,97	215,39	1 546,41

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____



Меню (ясли) на 17.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,50
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Каша манная молочная	130	4,75	2,28	26,35	144,86
Какао с молоком	180	3,44	3,62	15,12	106,86
Итого за Завтрак 1	350	13,05	9,43	57,24	365,97
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Салат из свежих огурцов и помидоров	30	2,70	1,53	1,08	19,20
Борщ с капустой и картофелем	180	1,49	12,78	9,63	70,83
Плов из птицы	150	12,15	96,28	23,95	281,16
Компот из свежих плодов	150	0,14	0,14	10,35	43,17
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	550	19,12	111,21	58,37	482,68
Полдник					
Кисель плодово-ягодный	200	0,02	0,00	28,75	115,09
Печенье	20	0,70	1,96	12,08	83,40
Итого за Полдник	220	0,72	1,96	40,83	198,49
Ужин					
Суфле из рыбы	60	9,84	5,90	2,58	102,82
Пюре картофельное	120	2,61	4,12	17,60	117,97
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого за Ужин	410	8,82	10,68	37,44	340,76
Итого за день	790	10,33	23,46	75,82	1 117,64

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____



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

Меню (ясли) на 18.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша овсяная молочная	140	6,18	4,20	27,37	172,09
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
Итого за Завтрак 1	350	10,82	11,66	53,44	362,18
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Итого за Завтрак 2	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Обед					
Салат из белокачанной капусты с морковью	30	0,48	3,03	1,24	12,78
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	175	5,06	1,78	11,41	81,86
Оладьи из печени по- кунцевски	50	8,65	5,85	5,90	111,00
Соус сметанный	30	0,42	1,50	1,76	22,23
Каша гречневая рассыпчатая	110	6,49	4,55	29,34	184,35
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	575	23,40	17,09	80,23	547,11
Полдник					
Какао с молоком	150	2,94	3,07	12,31	88,59
Оладьи с маслом 50/5 гр.	50	4,09	6,56	20,70	158,44
Итого за Полдник	200	7,03	9,63	33,01	247,03
Ужин					
Макароны, запеченные с сыром	170	7,93	8,77	32,54	225,56
Чай с лимоном	200	0,27	0,06	10,27	42,64
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,50
Итого за Ужин	400	10,45	9,70	58,23	346,70
Итого за день	1 675	52,58	48,21	241,41	1 578,02

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____



Меню (ясли) на 19.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Молочная каша "Дружба"	130	4,09	2,59	21,96	127,56
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
Итого за Завтрак 1	350	11,30	8,81	48,33	317,96
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Итого за Завтрак 2	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Обед					
Винегрет	40	0,55	2,47	3,38	37,92
Рассольник Ленинградский	150	1,39	2,57	10,19	69,48
Жаркое по-домашнему	150	14,70	15,51	16,91	266,04
Компот из свежих плодов (яблоки)	180	0,17	0,17	12,52	52,21
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	560	19,45	21,20	56,36	493,97
Полдник					
Чай с сахаром	160	0,16	0,04	8,00	33,16
Булочка домашняя	40	3,02	6,40	24,40	167,65
Итого за Полдник	200	3,18	6,44	32,40	200,81
Ужин					
Биточки рыбные	60	6,99	3,67	5,65	83,55
Рис отварной с овощами	110	2,72	4,04	27,22	156,12
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого за Ужин	400	12,16	8,63	58,34	359,64
Итого за день	1 660	46,97	45,21	211,93	1 447,38

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____



Меню (ясли) на 20.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,27	4,57	14,44	115,93
Кофейный напиток с молоком	170	2,59	2,67	12,44	84,19
Итого за Завтрак 1	350	8,76	11,87	39,78	301,06
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Итого за Завтрак 2	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Обед					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	30	0,93	2,07	2,07	48,60
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,18	2,46	5,67	49,53
Котлеты рубленые из птицы	50	9,14	2,65	4,87	79,86
Пюре из гороха	110	12,35	3,71	25,78	185,94
Соус сметанный	15	0,23	0,79	0,97	11,87
фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	545	26,79	12,18	73,28	527,77
Полдник					
Кефир	180	5,24	5,78	7,22	101,84
Печенье	25	1,88	2,95	18,73	108,95
Итого за Полдник	205	7,12	8,73	25,95	210,79
Ужин					
Зеленый горошек	40	1,24	0,08	2,60	16,09
Омлет натуральный	130	12,93	20,14	2,37	242,39
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого за Ужин	400	16,62	21,14	30,44	378,45
Итого за день	1 650	60,17	54,05	185,95	1 493,07

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____



Искренне,
ген. директор
ООО «Комбинат питания №1»
Н.С. Зубавленко

Меню (ясли) на 23.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшеничная молочная	140	6,22	3,39	31,38	181,00
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
Итого за Завтрак 1	350	10,86	10,85	57,45	371,09
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Итого за Завтрак 2	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Обед					
Салат из белокачанной капусты с яблоками	30	3,30	3,00	1,89	36,00
Суп картофельный с крупой	150	1,28	1,4	10,48	59,62
Гуляш из отварного мяса	60	8,27	8,84	2,15	121,20
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,78	3,86	30,47	175,72
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	530	19,93	17,48	75,57	527,43
Полдник					
Кефир	175	5,10	5,62	7,03	99,08
Печенье	25	1,88	2,95	18,73	108,95
Итого за Полдник	200	6,98	8,57	25,76	208,03
Ужин					
Пудинг из творога со сгущенным молоком	170	14,28	13,25	21,34	255,94
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого за Ужин	400	16,73	14,17	46,81	375,91
Итого за день	1 630	55,38	51,20	222,09	1 557,46

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____



Меню (ясли) на 24.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша манная молочная	140	5,11	2,45	28,38	164,21
Какао с молоком	180	3,44	3,62	15,12	106,86
Итого за Завтрак 1	350	10,45	10,70	56,40	372,01
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Салат из свежих помидоров	40	0,40	4,08	1,40	44,00
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,73	1,45	12,49	69,89
Плов из птицы	160	19,12	8,24	30,55	272,64
Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	60,85
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	530	23,74	14,34	68,69	498,62
Полдник					
Булочка "Творожная"	50	6,09	2,97	26,53	157,17
Кефир	150	4,39	4,84	6,05	85,32
Итого за Полдник	200	10,48	7,81	32,58	242,49
Ужин					
Запеканка картофельная с мясом или печенью 160/40	170	9,13	7,01	25,23	264,56
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Итого за Ужин	400	11,19	7,79	48,13	371,52
Итого за день	1 630	56,46	41,24	220,50	1 555,14

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____



Меню (ясли) на 25.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	20	1,48	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Каша овсяная молочная	140	6,19	4,20	27,36	172,09
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
Итого за Завтрак 1	350	13,02	10,27	51,16	349,39
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Салат из свежих огурцов	30	0,21	3,03	0,60	30,60
Борщ с капустой и картофелем	150	1,24	2,44	8,02	59,02
Котлеты рубленные	50	7,28	9,24	4,73	131,17
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,78	3,86	30,47	175,72
Кисель из концентрата плодово или ягодный	150	0,20	0,00	21,56	86,32
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	530	16,35	19,05	78,74	551,15
Полдник					
Молоко кипяченое	180	5,29	5,84	8,57	107,98
Печенье	20	0,70	1,96	12,08	83,40
Итого за Полдник	200	5,99	7,80	20,65	191,38
Ужин					
Омлет с картофелем	170	10,61	14,09	17,81	240,65
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Итого за Ужин	400	12,67	14,87	40,71	347,61
Итого за день	1 630	48,63	52,59	205,96	1 510,03

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____



Меню (ясли) на 26.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшеничная молочная	140	5,72	2,43	30,71	167,62
Какао с молоком	180	3,44	3,62	15,12	106,86
Итого за Завтрак 1	350	11,06	10,68	58,73	375,42
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Салат из белокачанной капусты	40	0,56	2,03	3,46	34,36
Рассольник Ленинградский	150	1,39	2,57	10,19	69,48
Соус томатный	15	0,15	0,91	1,09	13,15
Биточки рыбные	60	6,99	3,67	5,65	83,55
Пюре картофельное	120	2,61	4,12	17,60	117,97
фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	575	14,66	13,80	71,91	470,48
Полдник					
Кефир	160	4,68	5,16	6,45	91,00
Булочка домашняя	40	3,02	6,43	24,42	167,65
Итого за Полдник	200	7,70	11,59	30,87	258,65
Ужин					
Птица, тушеная в соусе с овощами	180	12,06	8,59	19,17	207,56
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Итого за Ужин	410	14,12	9,37	42,07	314,52
Итого за день	1 685	48,14	46,04	218,28	1 489,57

Согласованно:
Заведующий МДОАУ _____



Меню (ясли) на 27.09.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша "Дружба"	140	4,40	2,79	23,65	137,38
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
Итого за Завтрак 1	350	9,04	10,25	49,72	327,47
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Салат из свежих огурцов	30	0,21	3,03	0,60	30,60
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,18	2,46	5,67	49,53
Суфле из отварного мяса с рисом	60	13,05	13,39	3,04	184,81
Каша гречневая рассыпчатая	110	7,22	5,78	32,60	211,29
Компот из свежих плодов	150	0,14	0,14	10,35	43,17
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	530	23,78	25,16	62,28	570,64
Полдник					
Кефир	160	4,68	5,16	6,45	91,00
Крендель сахарный	40	3,16	6,56	24,67	170,37
Итого за Полдник	200	7,84	11,72	31,12	261,37
Ужин					
Салат из свеклы с черносливом	40	0,57	2,06	6,66	47,42
Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	4,46	5,27	29,00	181,25
Кисель плодово - ягодный	180	0,02	0	25,87	103,58
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Итого за Ужин	400	6,91	8,06	74,38	397,75
Итого за день	1 630	48,17	55,79	232,20	1 627,73