

Согласованно:

Заведующий МДОАУ

*Н.И.З.  
О.П.И.С.Зубавленко*

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

Меню (ясли) на 23.06.2025г

| 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 пшеничная молочная жидкая           | 140            | 5,18                 | 5,23  | 25,55    | 170,10                            |
| Чай с сахаром                            | 180            | 0,09                 | 0,00  | 13,50    | 54,00                             |
| Итого за Завтрак 1                       | 350            | 6,77                 | 5,81  | 55,63    | 286,70                            |
| Завтрак 2                                |                |                      |       |          |                                   |
| Соки овощные, фруктовые                  | 150            | 0,75                 | 0,00  | 0,00     | 82,50                             |
| Итого за Завтрак 2                       | 150            | 0,75                 | 0,00  | 0,00     | 82,50                             |
| Обед                                     |                |                      |       |          |                                   |
| Салат из белокачанной капусты с морковью | 50             | 0,80                 | 5,05  | 4,80     | 68,00                             |
| Суп картофельный с бобовыми              | 180            | 1,66                 | 3,06  | 10,89    | 77,76                             |
| Котлеты рубленные из птицы               | 50             | 9,35                 | 0,15  | 7,78     | 85,83                             |
| Макаронные изделия отварные              | 110            | 3,19                 | 0,50  | 21,30    | 106,26                            |
| Компот из смеси сухофруктов              | 180            | 0,45                 | 0,00  | 24,30    | 99,00                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                     | 40             | 2,64                 | 0,48  | 13,60    | 72,40                             |
| Итого за Обед                            | 610            | 18,09                | 9,24  | 82,67    | 509,25                            |
| Полдник                                  |                |                      |       |          |                                   |
| Чай с молоком                            | 150            | 1,13                 | 0,98  | 11,93    | 60,75                             |
| Сдоба обыкновенная                       | 50             | 4,25                 | 2,33  | 29,42    | 155,83                            |
| Итого за Полдник                         | 200            | 5,38                 | 3,31  | 41,35    | 216,58                            |
| Ужин                                     |                |                      |       |          |                                   |
| Рагу из овощей                           | 180            | 4,36                 | 12,34 | 18,47    | 202,01                            |
| Кисель плодово-ягодный                   | 180            | 1,26                 | 0,00  | 26,10    | 109,80                            |
| Хлеб пшеничный                           | 40             | 3,04                 | 0,32  | 19,68    | 94,00                             |
| Итого за Ужин                            | 400            | 8,66                 | 12,66 | 64,25    | 405,81                            |
| Итого за день                            | 1 710          | 39,65                | 31,02 | 243,90   | 1 500,84                          |