

Согласованно:  
Заведующий МДОАУ\_



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



**Меню (ясли) на 24.07.2025г**

| 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 пшенная молочная жидкая             | 140            | 5,46                 | 6,62  | 25,06    | 198,52                            |
| Чай с сахаром                            | 180            | 0,09                 | 0,00  | 13,50    | 54,00                             |
| Итого за Завтрак 1                       | 350            | 7,05                 | 7,20  | 55,14    | 315,12                            |
| 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 | 30             | 0,48                 | 3,03  | 2,45     | 40,80                             |
| 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                             |
| Итого за Обед                            | 530            | 19,12                | 14,04 | 68,84    | 499,43                            |
| Полдник                                  |                |                      |       |          |                                   |
| Чай с лимоном                            | 180            | 0,09                 | 0,00  | 13,68    | 54,90                             |
| Печенье                                  | 35             | 2,63                 | 3,43  | 26,04    | 145,95                            |
| Итого за Полдник                         | 215            | 2,72                 | 3,43  | 39,72    | 200,85                            |
| Ужин                                     |                |                      |       |          |                                   |
| 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                             |
| Итого за Ужин                            | 400            | 14,53                | 8,53  | 58,15    | 367,27                            |
| Итого за день                            | 1 645          | 44,17                | 33,20 | 221,85   | 1 465,17                          |