

Меню на 12.05.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша гречневая с сахаром	160	5,95	8,37	21,19	183,95
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	400	8,30	9,24	57,91	332,75
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Обед					
Овощи натуральные соленные	50	0,40	0,05	0,85	6,50
Суп лапша домашняя	180	1,84	4,01	10,00	79,92
Гуляш из говядины	70	20,60	22,00	4,20	297,00
Пюре из гороха	130	13,63	1,35	27,12	162,96
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
Итого за Обед	680	40,27	28,01	86,17	746,88
Полдник					
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,33	29,42	155,83
Итого за Полдник	250	4,35	2,33	44,42	215,83
Ужин					
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,22	15,98	176,00
Кисель плодово-ягодный	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	450	10,90	5,62	69,58	415,50
Итого за день	1 960	64,72	45,20	258,08	1 809,96

Согласовано:
Заведующий МДОАУ

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

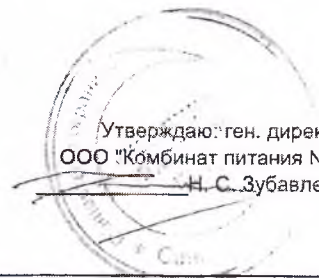
Меню на 13.05.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
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
Итого за Завтрак 1	400	11,27	10,75	56,01	366,22
Завтрак 2					
Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	24,30	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,45	0,00	24,30	99,00
Обед					
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
Итого за Обед	670	24,30	14,66	91,45	605,03
Полдник					
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Оладьи	60	4,50	7,61	23,21	178,87
Итого за Полдник	260	5,20	7,91	46,01	275,87
Ужин					
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
Итого за Ужин	455	8,82	10,68	37,44	434,40
Итого за день	1 965	50,04	44,00	255,21	1 780,52

Согласовано:
Заведующий МДОАУ



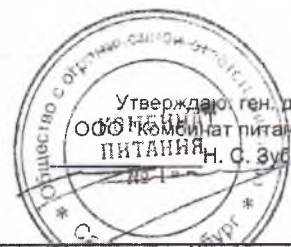
Утверждаю: ген. директор
ООО "Комбинат питания № 1"
Н. С. Зубавленко



Меню на 14.05.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
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
Итого за Завтрак 1	400	11,59	15,37	56,97	390,82
Завтрак 2					
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Итого за Завтрак 2	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Обед					
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
Итого за Обед	650	25,60	25,46	87,46	627,25
Полдник					
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00
Булочка молочная	50	4,80	1,10	28,10	142,00
Итого за Полдник	250	5,30	1,10	55,10	252,00
Ужин					
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
Итого за Ужин	450	16,00	10,50	73,80	453,50
Итого за день	1 950	59,19	52,73	296,13	1 820,57

Согласовано:
Заведующий МДОАУ



Утверждаю: ген. директор
Общественного центра питания № 1"
ПИТАНИЯ Н. С. Зубавленко

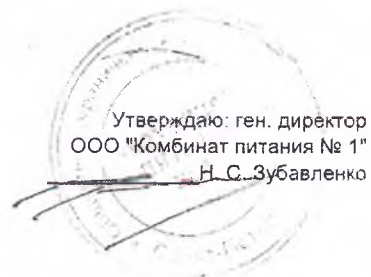
Меню на 15.05.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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	170	6,63	8,04	30,43	241,06
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	400	8,23	8,62	62,01	363,66
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Обед					
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 рубленные 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
Итого за Обед	700	25,23	16,33	89,38	632,12
Полдник					
Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00
Печенье	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Итого за Полдник	250	3,85	4,90	52,40	269,50
Ужин					
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
Итого за Ужин	480	16,55	9,26	75,88	452,93
Итого за день	2 010	54,76	39,11	279,67	1 817,21



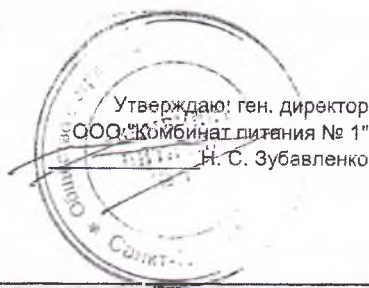
Меню на 16.05.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша ячневая вязкая	160	5,12	9,12	28,61	216,96
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	400	7,47	9,99	65,33	365,76
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Обед					
Овощи натуральные соленные	50	0,40	0,05	0,85	6,50
Свекольник	200	11,60	3,56	9,62	77,60
Тефтели мясные (1 - вариант) 70/30	100	9,35	8,52	10,22	155,28
Пюре из гороха	140	13,63	1,35	27,12	162,96
Кисель плодово-ягодный	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Обед	740	39,68	14,08	93,81	614,84
Полдник					
Кисломолочная продукция	200	5,80	5,00	8,00	100,00
Булочка домашняя	50	3,75	6,50	30,17	194,17
Итого за Полдник	250	9,55	11,50	38,17	294,17
Ужин					
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,22	15,98	176,00
Какао с молоком	200	3,6	3,30	25,00	144,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	450	13,10	8,92	65,58	437,50
Итого за день	2 020	70,70	44,49	262,89	1 811,27



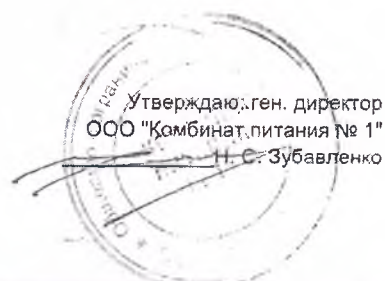
Меню на 19.05.2025

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша " Дружба "	160	4,21	9,33	20,05	180,96
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	400	9,12	12,81	50,47	353,86
Завтрак 2					
Напиток из плодов шиповника	180	0,63	0,27	20,52	87,30
Итого за Завтрак 2	180	0,63	0,27	20,52	87,30
Обед					
Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком	50	0,90	3,10	4,45	49,50
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,16	2,28	15,06	89
Печень говяжья по-строгановски	80	13,09	10,03	3,13	154,91
Картофельное пюре	130	2,73	5,72	14,17	119,60
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
Итого за Обед	710	22,68	21,73	80,81	613,51
Полдник					
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Печенье	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Итого за Полдник	250	3,85	4,90	52,20	268,50
Ужин					
Запеканка из творога с соусом молочным сладким	200	19,30	33,18	25,76	256,25
Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	450	24,60	34,88	66,26	454,75
Итого за день	1 990	60,88	74,59	270,26	1 777,92



Меню на 20.05.2025г.

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша манная молочная жидкая	180	5,58	6,72	27,78	193,86
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	420	7,93	7,59	64,50	342,66
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Обед					
Винегрет овощной	50	0,68	3,09	4,22	47,40
Суп картофельный с клецками	200/20	2,31	1,93	16,65	118,00
Птица тушеная в соусе с овощами	170	8,85	2,15	15,57	217,00
Кисель плодово-ягодный	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Обед	690	17,04	7,57	90,04	621,90
Полдник					
Булочка молочная	60	5,76	1,32	33,72	170,40
Компот из свежих плодов	200	0,5	0,20	23,10	96,00
Итого за Полдник	260	6,26	1,52	56,82	266,40
Ужин					
Каша рассыпчатая с овощами	200	10,20	6,65	45,70	283,90
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Ужин	450	13,60	7,25	77,70	434,40
Итого за день	2 000	45,73	23,93	289,06	1 764,36



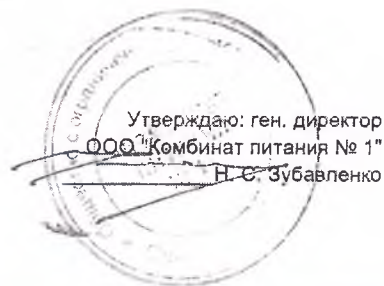
Меню на 21.05.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша рисовая молочная жидкая	160	4,43	6,90	25,92	183,52
Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81,00
Итого за Завтрак 1	400	8,18	9,07	63,54	353,32
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Обед					
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 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 пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Обед	700	24,68	8,15	104,86	614,75
Полдник					
Кисломолочная продукция	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Сдоба обыкновенная	70	5,95	3,26	41,19	218,16
Итого за Полдник	250	11,17	7,76	48,39	308,16
Ужин					
Омлет натуральный	140	12,06	18,74	3,23	239,10
Салат "Степной"	60	1,09	4,67	8,10	78,48
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Ужин	450	16,55	24,01	43,33	468,08
Итого за день	1 980	61,48	48,99	260,12	1 843,31



Меню на 22.05.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
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
Итого за Завтрак 1	400	11,85	10,84	57,21	374,25
Завтрак 2					
Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	24,30	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,45	0,00	24,30	99,00
Обед					
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
Голубцы ленивые 160/30	190	14,12	9,04	18,00	259,00
Кисель плодово-ягодный	200	1,40	0,00	29,00	122,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,60	17,00	90,50
Итого за Обед	690	21,95	15,28	87,10	625,10
Полдник					
Компот из свежих плодов	200	0,50	0,20	23,10	96,00
Ватрушка с повидлом	50	3,08	1,42	34,08	161,67
Итого за Полдник	250	3,58	1,62	57,18	257,67
Ужин					
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,70	5,22	15,98	176,00
Какао с молоком	200	3,60	3,30	25,00	144,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Ужин	450	13,10	8,92	65,58	437,50
Итого за день	1 970	50,93	36,66	291,37	1 793,52



Меню на 23.05.2025г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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	170	6,63	8,04	30,43	241,06
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Итого за Завтрак 1	400	8,23	8,62	62,01	363,66
Завтрак 2					
Соки овощные, фруктовые	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Итого за Завтрак 2	180	0,90	0,00	0,00	99,00
Обед					
Салат "Здоровье"	50	0,96	4,40	4,20	60,15
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,40	3,98	6,22	66,40
Котлеты рубленые	70	10,43	7,70	10,19	151,38
Картофельное пюре	130	2,73	5,72	14,17	119,60
Компот из свежих плодов	200	0,50	0,20	23,10	96,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
Итого за Обед	700	19,82	22,40	82,48	611,03
Полдник					
Чай с молоком	200	1,5	1,30	15,90	81,00
Булочка творожная	50	6,54	3,03	24,79	153,00
Итого за Полдник	250	8,04	4,33	40,69	234,00
Ужин					
Макароны запеченные с яйцом	200	9,10	11,90	30,20	264,00
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Ужин	450	13,10	12,80	70,00	451,50
Итого за день	1 980	50,09	48,15	255,18	1 759,19