

Согласовано:  
Заведующий ИДОАУ



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



**Меню на 11.07.2025г**

| Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>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 (огурцы)           | 50             | 0,40                 | 0,05  | 1,25     | 7,00                              |
| Свекольник                           | 180            | 10,44                | 3,20  | 8,65     | 69,84                             |
| Тефтели мясные (1 - вариант) 70/30   | 100            | 9,35                 | 8,52  | 10,22    | 155,28                            |
| Пюре из гороха                       | 130            | 12,66                | 1,25  | 25,18    | 151,32                            |
| Кисель плодово-ягодный               | 200            | 1,4                  | 0,00  | 29,00    | 122,00                            |
| Хлеб ржано-пшеничный                 | 50             | 3,30                 | 0,60  | 17,00    | 90,50                             |
| Итого за Обед                        | 710            | 37,55                | 13,62 | 91,30    | 595,94                            |
| 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                        | 1 990          | 68,57                | 44,03 | 260,38   | 1 792,37                          |





Согласованно  
Заведующий МДОА

14  
Тарасова

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"

Н.С. Зубавленко

### Меню (ясли) на 11.07.2025г

| 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 ячневая вязкая                  | 140            | 4,48                 | 7,98  | 25,03    | 189,84                            |
| Чай с сахаром                        | 180            | 0,09                 | 0,00  | 13,50    | 54,00                             |
| Итого за Завтрак 1                   | 350            | 6,07                 | 8,56  | 55,11    | 306,44                            |
| 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                                 |                |                      |       |          |                                   |
| Овощи натуральные (огурцы)           | 30             | 0,24                 | 0,03  | 0,75     | 4,20                              |
| Свекольник                           | 150            | 8,70                 | 2,67  | 7,22     | 58,20                             |
| Тефтели мясные (1 - вариант) 70/30   | 100            | 9,35                 | 8,52  | 10,22    | 155,28                            |
| Пюре из гороха                       | 110            | 10,71                | 1,06  | 21,31    | 128,04                            |
| Кисель плодово-ягодный               | 150            | 1,05                 | 0,00  | 21,75    | 91,50                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                 | 30             | 1,98                 | 0,36  | 10,20    | 54,30                             |
| Итого за Обед                        | 570            | 32,03                | 12,64 | 71,45    | 491,52                            |
| Полдник                              |                |                      |       |          |                                   |
| Кисломолочная продукция              | 150            | 4,35                 | 3,75  | 6,00     | 75,00                             |
| Булочка домашняя                     | 50             | 3,75                 | 6,50  | 30,17    | 194,17                            |
| Итого за Полдник                     | 200            | 8,10                 | 10,25 | 36,17    | 269,17                            |
| Ужин                                 |                |                      |       |          |                                   |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 170            | 4,85                 | 4,44  | 13,58    | 149,60                            |
| Какао с молоком                      | 200            | 3,6                  | 3,30  | 25,00    | 144,00                            |
| Хлеб пшеничный                       | 30             | 2,28                 | 0,24  | 14,76    | 70,50                             |
| Итого за Ужин                        | 400            | 10,73                | 7,98  | 53,34    | 364,10                            |
| Итого за день                        | 1 670          | 57,68                | 39,43 | 216,07   | 1 513,73                          |