

Заведующий МДОАУ

Н. С. Зубавленко

Меню на 23.07.2025г

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	180	1,42	1,97	10,49	65,34
Тефтели мясные (1 - вариант) 70/30	100	9,35	8,52	10,22	155,28
Картофельное пюре	130	2,73	5,72	14,17	119,60
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	18,88	19,90	85,10	600,12
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	2 010	52,47	47,17	293,77	1 793,44

Согласовано:
Заведующий МДОУ

А.А. Мещеряков
МДОУ
№ 101

Меню на 24.07.2025г

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

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 пшениная 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 белокачанной капусты с морковью	50	0,80	5,05	4,80	68,00
Рассольник ленинградский	200	1,64	4,20	13,00	97,00
Котлеты рубленые 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	180	0,45	0,18	20,79	86,40
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
Итого за Обед	670	24,57	18,49	84,27	627,92
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	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Итого за Ужин	460	15,03	9,10	66,04	405,93
Итого за день	1 960	52,58	41,11	264,72	1 766,01

И.О.

Согласованно:
Заведующий МДОАУ

В.О.С.С.С.



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



Меню на 25.07.2025г

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 (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	1,40	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

Согласовано:
Заведующий МДОАУ

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

Меню на 28.07.2025

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 "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	6,97	14,48	53,08	370,06
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 из белокачанной капусты с морковью	50	0,80	5,05	4,80	68,00
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1,94	2,05	13,55	80,1
Печень говяжья по-строгановски	70	11,45	8,78	2,74	135,55
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	680	20,72	22,20	79,26	603,75
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					
Запеканка из творога с соусом молочным сладким	200	19,30	33,18	25,76	256,25
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	450	23,20	33,58	65,36	433,75
Итого за день	1 960	55,37	75,43	270,62	1 764,36



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

Меню на 29.07.2025г.

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 манная молочная жидкая	180	5,58	6,72	27,78	193,86
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
Итого за Завтрак 1	400	7,92	7,59	63,00	336,66
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 тушенная в соусе с овощами	170	8,85	2,15	15,57	217,00
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 Обед	690	16,14	7,49	82,22	586,20
Полдник					
Булочка молочная	50	4,80	1,10	28,10	142,00
Компот из свежих плодов	200	0,5	0,20	23,10	96,00
Итого за Полдник	250	5,30	1,30	51,20	238,00
Ужин					
Каша рассыпчатая с овощами	200	10,20	6,65	45,70	283,90
Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
Итого за Ужин	450	13,60	7,25	77,90	435,40
Итого за день	1 970	43,86	23,63	274,32	1 695,26

4-2
Согласовано:
Заведующий МДОУ
Руденко Е.В.
№ 101

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

Меню на 30.07.2025г.

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 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	8,59	13,35	59,85	393,62
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 (помидоры)	50	0,55	0,10	1,90	12,00
Рассольник Ленинградский	200	1,64	4,20	13,00	97,00
Котлеты рубленые 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	24,48	5,50	102,56	582,25
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	150	12,92	20,08	3,46	256,18
Салат "Степной"	50	0,91	3,89	6,75	65,40
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	17,23	24,57	42,21	472,08
Итого за день	1 980	62,37	51,18	253,01	1 855,11



Меню на 31.07.2025г.

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
Печень говяжья по-строгановски	70	11,45	8,78	2,74	135,55
Каша гречневая вязкая	130	5,95	8,37	21,19	183,95
Напиток из плодов шиповника	180	0,63	0,27	20,52	87,30
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого за Обед	670	24,20	23,38	87,23	654,40
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					
Тефтели рыбные тушеные	75	7,28	2,79	8,43	88,11
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	45	3,42	0,36	22,14	105,75
Итого за Ужин	450	13,95	6,87	77,35	427,15
Итого за день	1950	54,03	42,71	303,27	1812,47



Меню на 01.08.2025г.

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 свежих помидоров	50	0,50	5,10	1,75	55,00
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,40	3,98	6,22	66,40
Плов из птицы	170	17,63	6,17	28,48	250,13
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	670	24,23	15,85	82,45	584,03
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					
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	1 950	54,50	37,72	250,73	1 718,19