

Согласованно:
Заведующий МДОАУ *122*

С.И. Шуберта СВН



Меню (ясли) на 2.12.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Повидло	5	0,009	0	3,24	12,83
Каша пшеничная молочная	140	6,22	3,39	31,38	181,00
Чай с сахаром	180	0,18	0,05	9,00	37,00
Итого за Завтрак 1	350	8,27	4,17	56,47	296,33
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Итого за Завтрак 2	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Обед					
Салат из белокачанной капусты с яблоками	30	3,30	3,00	1,89	36,00
Суп картофельный с крупой	150	1,28	1,4	10,48	59,62
Биточки рубленые	50	5,58	4,21	5,60	82,50
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,78	3,86	30,47	175,72
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	520	17,24	12,85	79,02	488,73
Полдник					
Кофейный напиток с молоком	150	2,22	2,17	10,70	71,21
Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	26,15	141,00
Итого за Полдник	200	6,10	4,53	36,85	212,21
Ужин					
Пудинг из творога со сгущенным молоком	170	14,28	13,25	21,34	255,94
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого за Ужин	400	16,73	14,17	46,81	375,91
Итого за день	1 620	49,22	35,85	235,65	1 448,18

Согласованно:
 Заведующий МДОАУ *И.И. Ивонкина*



Меню (ясли) на 3.12.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша манная молочная	140	5,11	2,45	28,38	164,21
Чай с молоком	180	1,35	1,17	15,66	78,30
Итого за Завтрак 1	350	8,36	8,25	56,94	343,45
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Винегрет овощной	40	0,05	2,47	3,37	37,92
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,73	1,45	12,49	69,89
Плов из птицы	160	19,12	8,24	30,55	272,64
Паштет из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	60,85
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	530	23,39	12,73	70,66	492,54
Полдник					
Булочка "Творожная"	40	4,87	2,38	21,22	125,74
Кефир	160	4,68	5,16	6,45	91,00
Итого за Полдник	200	9,55	7,54	27,67	216,74
Ужин					
Запеканка картофельная с мясом или печенью 130/40	170	9,13	7,01	25,23	264,56
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Итого за Ужин	400	11,19	7,79	48,13	371,52
Итого за день	1 630	53,09	36,91	218,10	1 494,75

Согласованно:
 Заведующий МДОАУ *М.М.М.*
М.М.М.



Меню (ясли) на 4.12.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	20	1,48	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Каша овсяная молочная	140	6,19	4,20	27,36	172,09
Чай с сахаром	180	0,18	0,05	9,00	37,00
Итого за Завтрак 1	350	10,46	7,49	46,99	297,24
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	30	0,93	2,07	6,57	48,60
Борщ с капустой и картофелем	150	1,24	2,44	8,02	59,02
Котлеты рубленые	50	7,28	9,24	4,73	131,17
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,78	3,86	30,47	175,72
Кисель из концентрата плодово или ягодный	150	0,20	0,00	21,56	86,32
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	520	16,41	17,97	81,37	552,07
Полдник					
Чай с молоком	180	1,35	1,17	15,66	78,30
Печенье	30	1,05	2,94	18,12	125,10
Итого за Полдник	210	2,40	4,11	33,78	203,40
Ужин					
Омлет с картофелем	170	10,61	14,09	17,81	240,65
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Итого за Ужин	400	12,67	14,87	40,71	347,61
Итого за день	1 630	42,54	45,04	217,55	1 470,82

Согласованно:
Заведующий МДОАУ

А.В.К.
И.И.Тюбукан

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



Меню (ясли) на 5.12.2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Повидло	5	0,009	0	3,24	12,83
Каша пшеничная молочная	130	5,31	2,26	28,52	155,65
Какао с молоком	190	3,63	3,82	15,96	112,80
Итого за Завтрак 1	350	10,81	6,81	60,57	346,78
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Салат из белокачанной капусты	40	0,56	2,03	3,46	34,36
Рассольник Ленинградский	150	1,39	2,57	10,19	69,48
Птица тушеная	50	5,66	5,39	1,76	79,34
Рис отварной с овощами	110	2,72	4,04	27,22	156,12
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	540	13,29	14,53	76,55	491,27
Полдник					
Молоко кипяченое	170	1,00	5,78	8,40	104,55
Булочка домашняя	30	2,26	4,82	18,31	125,74
Итого за Полдник	200	3,26	10,60	26,71	230,29
Ужин					
Биточки рыбные	50	5,82	3,05	4,71	69,63
Пюре из гороха	130	14,59	4,39	30,47	219,75
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	40	2,48	0,97	17,13	87,33
Итого за Ужин	380	20,61	7,49	45,23	330,84
Итого за день	1 620	48,57	40,03	223,76	1 469,68

Согласовано:
Заведующий МДОАУ *122*

С. И. Кобрина О.А.

Меню (ясли) на 6.12.2024



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша "Дружба"	140	4,40	2,79	23,65	137,38
Чай с молоком	180	1,35	1,17	15,66	78,30
Итого за Завтрак 1	350	7,65	8,59	52,21	316,62
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Овощи натуральные соленые	30	0,24	0,03	0,51	3,90
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,18	2,46	5,67	49,53
Тефтели мясные	80	7,48	6,80	8,18	124,22
Каша гречневая рассыпчатая	110	7,22	5,78	32,60	211,29
Компот из свежих плодов	150	0,14	0,14	10,35	43,17
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	550	18,24	15,57	67,33	483,35
Полдник					
Напиток из плодов шиповника	170	0,58	0,24	17,63	75,00
Крендель сахарный	30	2,37	4,92	18,50	127,78
Итого за Полдник	200	2,95	5,16	36,13	202,78
Ужин					
Рагу из овощей	190	3,45	13,78	20,90	221,50
Кисель плодово - ягодный	180	0,02	0	25,87	103,58
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Итого за Ужин	400	5,33	14,51	59,62	390,58
Итого за день	1 650	34,77	44,43	229,99	1 463,83