

Наименование блюда	Выход				Блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
	Блюда	Белки	Жиры	Углеводы		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40					
Повидло	10	0,017	0	6,49	25,67					
Каша пшеничная молочная	140	5,71	2,43	29,15	159,22					
Чай с сахаром	180	0,18	0,05	9,00	37,00					
Итого за Завтрак 1	350	7,41	3,06	54,92	274,29					
Соки, овощи, фрукты, ягоды	150	0,88	0,13	16,50	75,00					
Итого за Завтрак 2	150	0,88	0,13	16,50	75,00					
Обед										
Салат "Зимний"	30	0,58	3,83	3,60	49,95					
Суп картофельный с бобовыми	150	3,61	2,68	11,80	85,70					
Котлеты рубленые	50	7,28	9,24	4,73	131,17					
Макаронные изделия	110	4,81	3,34	26,40	152,29					
Отварные	150	0,14	0,14	10,35	43,17					
Компот из свежих плодов	30	1,98	0,36	10,02	52,20					
Хлеб ржаной	30	0,14	0,36	10,02	52,20					
Итого за Обед	520	18,40	19,59	66,90	514,48					
Полдник										
Кисель плодово-ягодный	150	0,01	0,00	21,56	86,31					
Слоба обыкновенная	50	3,88	2,36	26,15	141,00					
Итого за Полдник	200	3,89	2,36	47,71	227,31					
Ужин										
Запеканка из творога с соусом молочным сладким	170	16,64	28,54	24,39	200,40					
Кофейный напиток с молоком	200	3,04	3,14	14,63	99,05					
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50					
Итого за Ужин	400	21,96	31,92	53,78	369,95					
Итого за день	1 620	52,54	57,06	239,81	1 461,03					

Меню (ясли) на 3.03.2025г



Согласовано: _____
Заведующий МДОУ

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	
Завтрак 1						
Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75	
Каша манная молочная	130	4,75	2,28	26,35	144,86	
Чай с сахаром	180	0,18	0,05	9,00	37,00	
Итого за Завтрак 1	350	9,79	5,86	51,12	296,21	
Завтрак 2						
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65	
Итого за Завтрак 2	150	0,32	0,02	20,56	83,65	
Обед						
Салат картофельный с кукурузой и морковью	30	0,99	2,07	6,57	48,60	
Борщ с капустой и картофелем	180	1,49	12,78	9,63	70,83	
Плов из птицы	150	12,15	96,28	23,95	281,16	
Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	60,85	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого за Обед	540	17,12	111,70	64,40	513,64	
Полдник						
Чай с молоком	150	1,12	0,97	13,05	65,25	
Оладьи с маслом	50	4,09	6,56	20,75	158,44	
Итого за Полдник	200	5,21	7,53	33,80	223,69	
Ужин						
Рыб из овощей	180	3,06	13,05	19,80	209,84	
Кисель плодово-ягодный	200	0,02	0,00	28,75	115,09	
Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	
Итого за Ужин	400	8,82	10,68	37,44	377,27	
Итого за день	1 640	41,26	135,79	207,32	1 494,46	

Меню (асли) на 4.03.2025г



Согласованно: _____
Заведующий МДОВА

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая	
Завтрак 1						
Батон нарезной	25	1,87	0,73	12,85	65,50	
Повидло	5	0,009	0	3,24	12,83	
Каша овсяная молочная	140	6,18	4,20	27,37	172,09	
Чай с сахаром	180	0,18	0,04	9,05	37,31	
Итого за Завтрак 1	350	8,24	4,97	52,51	287,73	
Завтрак 2						
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,41	
Итого за Завтрак 2	180	0,61	0,25	18,67	79,41	
Обед						
Винегрет овощной	30	0,41	1,85	2,53	28,44	
Суп картофельный с крупой	180	1,54	1,67	12,57	71,54	
Оладьи из пшена по-куцевски	50	8,65	5,85	5,90	111,00	
Люле картофельное	110	2,39	3,77	16,14	108,12	
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65	
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
Итого за Обед	560	15,95	13,64	71,06	472,35	
Полдник						
Чай с молоком	150	1,12	0,97	13,05	65,25	
Праники	50	2,95	2,35	37,50	183,00	
Итого за Полдник	200	4,07	3,32	50,55	248,25	
Ужин						
Макаронь, запеченные с сыром	170	7,93	8,77	32,54	225,56	
Чай с лимоном	200	0,27	0,06	10,27	42,64	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	
Итого за Ужин	400	10,48	9,07	57,57	338,70	
Итого за день	1 690	39,35	31,25	250,36	1 426,44	

Меню (асли) на 5.03.2025г



Утверждено: ген. директор
ООО "Коминат питания № 1"
г. Санкт-Петербург

Согласовано:
Заведующий МДЮАУ

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)
	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,87	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшеничная молочная	130	5,77	3,15	29,14	168,07
Чай с сахаром	190	0,19	0,05	9,55	39,39
Итого за Завтрак 1	350	7,87	7,83	51,59	308,40
Завтрак 2					
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Итого за Завтрак 2	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Обед					
Салат "Степной"	40	0,73	3,14	5,40	52,34
Рассолыник Ленинградский	150	1,39	2,57	10,19	69,48
Капуста, тушеная с отварными курами	150	14,52	16,71	6,59	221,63
Кисель плодово-ягодный	180	0,01	0,00	25,88	103,58
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Итого за Обед	550	18,93	22,66	62,82	517,53
Полдник					
Чай с молоком	170	1,27	1,10	14,79	79,95
Булочка домашняя	30	2,26	4,80	18,30	125,73
Итого за Полдник	200	3,53	5,90	33,09	205,68
Ужин					
Биточки рыбные	60	6,99	3,67	5,65	83,55
Каша пшеничная рассыпчатая	110	4,74	5,10	28,24	177,95
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб ржачной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого за Ужин	400	13,91	9,18	53,96	355,16
Итого за день	1 650	44,56	45,59	222,02	1 470,42

Меню (ясли) на 6.03.2025г



Согласовано: _____
Заведующий МДОУ

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	целлюлоза	
Завтрак 1						
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	
Повидло	10	0,017	0	6,49	25,67	
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,27	4,57	14,44	115,93	
Какао с молоком	170	3,25	3,42	14,28	100,92	
Итого за Завтрак 1	350	9,04	8,57	45,49	294,92	
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 "Зимний"	30	0,58	3,83	3,60	49,95	
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,18	2,46	5,67	49,53	
Котлеты рубленые из птицы	50	9,14	2,65	4,87	79,86	
Рис отварной с овощами	110	2,72	4,04	27,22	156,12	
Компот из свежих плодов	150	0,14	0,14	10,35	43,17	
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87,00	
Итого за Обед	540	17,06	13,72	68,41	465,63	
Полдник						
Чай с молоком	150	1,12	0,97	13,05	65,25	
Оладьи с маслом	50	4,09	6,56	20,75	158,44	
Итого за Полдник	200	5,21	7,53	33,80	223,69	
Ужин						
Картофель, тушеный в соусе	170	3,60	10,08	26,40	210,80	
Кисель плодово-ягодный	200	0,02	0,00	28,75	115,09	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	
Итого за Ужин	400	5,90	10,32	69,91	396,39	
Итого за день	1 640	38,09	40,27	234,11	1 455,63	

Меню (асли) на 7.03.2025г



Согласованно: _____
Заведующий МДОУ