

Согласованно:  
Заведующий МДОАУ \_\_\_\_\_

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

**Меню (ясли) на 30.07.2025г**

| Наименование блюда           | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|------------------------------|----------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                              |                | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Завтрак 1                    |                |                      |       |          |                                   |
| Батон нарезной               | 25             | 1,88                 | 0,73  | 12,85    | 65,50                             |
| Масло (порциями)             | 5              | 0,025                | 4,13  | 0,04     | 37,4                              |
| Каша рисовая молочная жидкая | 140            | 3,88                 | 6,04  | 22,68    | 160,58                            |
| Чай с молоком                | 180            | 1,35                 | 1,17  | 14,31    | 72,90                             |
| Итого за Завтрак 1           | 350            | 7,14                 | 12,07 | 49,88    | 336,38                            |
| 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 (помидоры) | 30             | 0,33                 | 0,06  | 1,14     | 7,20                              |
| Рассольник ленинградский     | 150            | 1,23                 | 3,15  | 9,75     | 72,75                             |
| Котлеты рубленые из птицы    | 50             | 9,35                 | 0,15  | 7,78     | 85,83                             |
| Макаронные изделия отварные  | 110            | 3,19                 | 0,50  | 21,30    | 106,26                            |
| Компот из смеси сухофруктов  | 180            | 0,46                 | 0,00  | 24,30    | 81,46                             |
| Хлеб пшеничный               | 40             | 3,04                 | 0,32  | 19,68    | 94,00                             |
| Итого за Обед                | 560            | 17,60                | 4,18  | 83,95    | 447,50                            |
| Полдник                      |                |                      |       |          |                                   |
| Кисломолочная продукция      | 150            | 4,35                 | 3,75  | 6,00     | 75,00                             |
| Сдоба обыкновенная           | 50             | 4,25                 | 2,33  | 29,42    | 155,83                            |
| Итого за Полдник             | 200            | 8,60                 | 6,08  | 35,42    | 230,83                            |
| Ужин                         |                |                      |       |          |                                   |
| Омлет натуральный            | 130            | 11,20                | 17,40 | 2,30     | 222,02                            |
| Салат "Степной"              | 40             | 0,73                 | 3,11  | 5,40     | 52,32                             |
| Чай с сахаром                | 200            | 0,10                 | 0,00  | 15,00    | 60,00                             |
| Хлеб ржано-пшеничный         | 30             | 1,98                 | 0,36  | 10,20    | 54,30                             |
| Итого за Ужин                | 400            | 14,01                | 20,87 | 32,90    | 388,64                            |
| Итого за день                | 1 660          | 48,10                | 43,20 | 202,15   | 1 485,85                          |