

Согласованно:

Заведующий МДОАУ 174
ВЗФ 30 июня 2025



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

Н. С. Зубавленко

Меню (если) на 26.06.2025г

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	140	5,46	6,62	25,06	198,52
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
Итого за Завтрак 1	350	7,05	7,20	55,14	315,12
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					
Салат из белокачанной капусты с морковью	30	0,48	3,03	2,45	40,80
Рассольник ленинградский	150	1,23	3,15	9,75	72,75
Котлеты рубленые из птицы	50	9,35	0,15	7,78	85,83
Каша гречневая вязкая	110	5,04	7,08	17,93	155,65
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
Итого за Обед	530	19,12	14,04	68,84	499,43
Полдник					
Чай с лимоном	180	0,09	0,00	13,68	54,90
Печенье	35	2,63	3,43	26,04	145,95
Итого за Полдник	215	2,72	3,43	39,72	200,85
Ужин					
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	5,14	4,50	102,14
Рис припущенный	110	2,67	3,15	26,89	146,63
Чай с сахаром	160	0,08	0,00	12,00	48,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
Итого за Ужин	400	14,53	8,53	58,15	367,27
Итого за день	1 645	44,17	33,20	221,85	1 465,17