



Согласованно:
Заведующий МДОУ № 222

И.В. Булкова



ген. директор
ООО Комбинат питания № 1
Н.С. Зубавленко

Меню на 2.07.24.

7 день

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углевод	
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	190	6,94	3,33	38,51	222,86
Какао с молоком	180	3,44	3,62	15,12	106,86
Итого за Завтрак 1	400	12,28	11,58	66,53	430,66
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	200	0,78	0,78	19,21	87,02
Итого за Завтрак 2	200	0,78	0,78	19,21	87,02
Обед					
Салат из свежих помидоров	50	0,50	5,10	1,75	55,00
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,31	1,93	16,65	93,18
Плов из птицы	200	23,90	10,30	38,19	340,80
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,41
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	670	29,96	18,06	88,62	636,71
Полдник					
Булочка "Творожная"	50	6,09	2,97	26,53	157,17
Кефир	200	5,83	6,43	8,04	113,40
Итого за Полдник	250	11,92	9,40	34,57	270,57
Ужин					
Запеканка картофельная с мясом или печенью 160/40	200	10,74	8,25	29,68	311,25
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,10	1,22	21,41	109,17
Итого за Ужин	400	14,04	9,52	61,14	461,88
Итого за день	1 920	68,98	49,34	270,07	1 886,84



Согласовано:
Заведующий МДОУ № 222

В.Ф. Буф



Согласовано: Ген. директор
ООО Комбинат питания № 1
Н.С. Зубавленко

Меню на 3.07.24

8 день

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углевод	
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Каша овсяная молочная	180	7,96	5,40	35,18	221,27
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
Итого за Завтрак 1	400	15,17	11,62	61,55	411,67
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Итого за Завтрак 2	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Обед					
Салат из свежих огурцов	50	0,35	5,05	1,00	51,00
Борщ с капустой и картофелем	200	1,65	3,26	10,70	78,70
Котлеты рубленные	70	10,20	12,91	6,63	183,53
Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,65	4,56	36,01	207,67
ягодный	180	0,02	0,00	25,87	103,58
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40
Итого за Обед	680	21,17	26,38	96,91	709,88
Полдник					
Молоко кипяченое	200	5,82	6,42	9,43	118,83
Печенье	50	1,75	4,90	30,20	208,50
Итого за Полдник	250	7,57	11,32	39,63	327,33
Ужин					
Омлет с картофелем	205	12,79	17,00	21,48	290,20
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Итого за Ужин	455	16,74	18,50	57,23	462,51
Итого за день	1 965	61,70	67,97	275,12	2 001,39



Меню на 4.07.24.

9 день

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углевод	
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 пшеничная молочная	190	7,76	3,30	41,68	227,49
Какао с молоком	180	3,44	3,62	15,12	106,86
Итого за Завтрак 1	400	13,10	11,55	69,70	435,29
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	200	0,78	0,78	19,21	87,02
Итого за Завтрак 2	200	0,78	0,78	19,21	87,02
Обед					
Салат из белокачанной капусты	50	0,70	2,54	4,32	42,95
Рассольник Ленинградский	200	1,86	3,43	13,58	92,64
Соус томатный	15	0,15	0,91	1,09	13,15
Биточки рыбные	80	9,32	4,89	7,54	111,41
Пюре картофельное	150	3,27	5,15	22,00	147,46
Компот из сушеных фруктов	180	0,38	0,02	24,67	100,38
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40
Итого за Обед	725	18,98	17,54	89,90	593,39
Полдник					
Кефир	200	5,83	6,43	8,04	113,40
Булочка домашняя	50	3,77	8,04	30,53	209,57
Итого за Полдник	250	9,60	14,47	38,57	322,97
Ужин					
Птица, тушеная в соусе с овощами	200	13,40	9,54	21,30	230,62
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Итого за Ужин	450	17,35	11,04	57,05	402,93
Итого за день	2 025	59,81	55,38	274,43	1 841,60



Согласованно
Заведующий МДОУ

№ 2222
И.И. Вилкова



«КОМБИНАТ»
Исполнительный директор
ООО «Комбинат питания № 1»
Н.С.Зубавленко

Меню на 5.07.24

10 день

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углевод ы	
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"	190	5,98	3,79	32,10	186,44
Кофейный напиток с молоком	180	2,74	2,83	13,17	89,15
Итого за Завтрак 1	400	10,62	11,25	58,17	376,53
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Итого за Завтрак 2	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Обед					
Салат из свежих огурцов	50	0,35	5,05	1,00	51,00
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,57	3,28	7,56	66,03
Суфле из отварного мяса с рисом	80	17,45	17,14	3,80	239,26
Каша гречневая рассыпчатая	130	7,68	5,38	34,68	217,87
Компот из свежих плодов	180	0,17	0,17	12,25	52,21
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	680	29,86	31,50	72,65	694,69
Полдник					
Кефир	200	5,83	6,43	8,04	113,40
Крендель сахарный	50	3,95	8,20	30,84	212,96
Итого за Полдник	250	9,78	14,63	38,88	326,36
Ужин					
Салат из свеклы с черносливом	50	0,72	2,58	8,34	59,38
Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	4,46	5,27	29,00	181,25
Кисель плодово - ягодный	200	0,02	0	28,74	115,09
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Итого за Ужин	450	8,95	9,30	91,78	486,57
Итого за день	1 960	60,26	66,83	281,28	1 974,15