



Согласовано:  
Заведующий МДОАУ

45



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

### Меню на 30.05.2025г

| Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------------|----------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                      |                | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Завтрак 1                            |                |                      |       |          |                                   |
| Батон нарезной                       | 30             | 2,25                 | 0,87  | 15,42    | 78,60                             |
| Повидло                              | 10             | 0                    | 0     | 6,3      | 10,2                              |
| Каша ячневая вязкая                  | 160            | 5,12                 | 9,12  | 28,61    | 216,96                            |
| Чай с сахаром                        | 200            | 0,10                 | 0,00  | 15,00    | 60,00                             |
| Итого за Завтрак 1                   | 400            | 7,47                 | 9,99  | 65,33    | 365,76                            |
| Завтрак 2                            |                |                      |       |          |                                   |
| Соки овощные, фруктовые              | 180            | 0,90                 | 0,00  | 0,00     | 99,00                             |
| Итого за Завтрак 2                   | 180            | 0,90                 | 0,00  | 0,00     | 99,00                             |
| Обед                                 |                |                      |       |          |                                   |
| Овощи натуральные соленные           | 50             | 0,40                 | 0,05  | 0,85     | 6,50                              |
| Свекольник                           | 200            | 11,60                | 3,56  | 9,62     | 77,60                             |
| Тефтели мясные (1 - вариант) 70/30   | 100            | 9,35                 | 8,52  | 10,22    | 155,28                            |
| Пюре из гороха                       | 140            | 13,63                | 1,35  | 27,12    | 162,96                            |
| Кисель плодово-ягодный               | 200            | 1,40                 | 0,00  | 29,00    | 122,00                            |
| Хлеб ржано-пшеничный                 | 50             | 3,30                 | 0,60  | 17,00    | 90,50                             |
| Итого за Обед                        | 740            | 39,68                | 14,08 | 93,81    | 614,84                            |
| Полдник                              |                |                      |       |          |                                   |
| Кисломолочная продукция              | 200            | 5,80                 | 5,00  | 8,00     | 100,00                            |
| Булочка домашняя                     | 50             | 3,75                 | 6,50  | 30,17    | 194,17                            |
| Итого за Полдник                     | 250            | 9,55                 | 11,50 | 38,17    | 294,17                            |
| Ужин                                 |                |                      |       |          |                                   |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 200            | 5,70                 | 5,22  | 15,98    | 176,00                            |
| Какао с молоком                      | 200            | 3,6                  | 3,30  | 25,00    | 144,00                            |
| Хлеб пшеничный                       | 50             | 3,80                 | 0,40  | 24,60    | 117,50                            |
| Итого за Ужин                        | 450            | 13,10                | 8,92  | 65,58    | 437,50                            |
| Итого за день                        | 2 020          | 70,70                | 44,49 | 262,89   | 1 811,27                          |