



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №14
Е.И.Поташ
 17.01.2025

МЕНЮ НА 20.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Объем блюд		Калорийность блюд	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
<u>ЗАВТРАК</u>	Каша молочная пшенная жидкая	150	200	166.2140	221.6195
	Батон	10	20	26.20	52.40
	Сыр Российский порциями	10	10	36.40	36.40
	Кофейный напиток с молоком	180	190	71.10	75.05
	Яблоки	100	100	47.00	47.00
<u>ОБЕД</u>	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	66.75	89.00
	Плов из отварной говядины	140	180	246.40	316.80
	Салат из соленых огурцов с луком	40	60	23.92	35.88
	Хлеб ржаной	25	30	43.50	52.20
	Кисель из повидла, джема или варенья	170	200	130.900	154.000
<u>ПОЛДНИК</u>	Сок яблочный	170	200	78.20	92.00
	Батон	10	30	26.20	78.60
	Вафли	20	20	108.40	108.40
<u>УЖИН</u>	Рулет картофельный с яйцом	130	150	183.30	211.50
	Соус молочный на крахмале	20	60	18.32	54.96
	Салат из белокачанной капусты с морковью	40	60	54.40	81.60
	Яблоки	50	50	23.50	23.50
	Чай с вареньем	180	200	54.00	60.00



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №14

№14 *Е.И.Поташ* Е.И.Поташ

20.01.2025

МЕНЮ НА 21.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Объем блюд		Калорийность блюд	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
<u>ЗАВТРАК</u>	Омлет натуральный	120	150	195.687	244.60
	Зеленый горошек конс.	10	10	4.00	4.00
	Батон	20	30	52.40	78.60
	Чай с сахаром	180	200	54.00	60.00
	Мандарины	120	120	45.60	45.60
<u>ОБЕД</u>	Борщ с капустой и картошкой	150	180	57.00	68.40
	Картофель отварной	120	150	114.00	142.50
	Котлеты рыбные любительские	60	70	63.60	74.20
	Салат из моркови	40	60	52.80	79.20
	Хлеб ржаной	40	55	69.60	95.70
	масло сливочное	1		7.480	
	Кисель из кураги	160	200	107.20	134.00
<u>ПОЛДНИК</u>	Напиток кисломолочный	180	200	90.00	100.00
	Сухари сливочные	20		79.80	
	масло сливочное		3		22.440
	Сыр Российский порциями	12	22	43.68	80.08
	Батон		30		78.60
<u>УЖИН</u>	Запеканка рисовая с творогом	130	150	226.20	261.00
	Соус яблочный	25	25	16.375	16.375
	Батон	10	30	26.20	78.60
	масло сливочное	2	1	14.960	7.480
	Чай с лимоном	180	200	54.90	61.00
	Мандарины	55	50	20.90	19.00



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №14

Е.И.Поташ

21.01.2025

МЕНЮ НА 22.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Объем блюд		Калорийность блюд	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
<u>ЗАВТРАК</u>	Суп молочный с геркулесом	150	200	126.8	143.71
	Батон	10	25	83.8	93.11
	Сыр Российский порциями	10	10	56.73	113.45
	Какао с молоком	180	190	66	88
	Груши	100	100		
<u>ОБЕД</u>	Рассольник Ленинградский	150	180	72.75	87.30
	Рагу из овощей	110	140	99.00	126.00
	Тефтели паровые мясные	60	70	122.4	142.8
	Салат из свеклы с чесноком	40	60	52.40	78.60
	Хлеб ржаной	20	40	34.80	69.60
	масло сливочное	2		14.960	
	Компот из яблок с лимоном	150	200	77.25	103.00
<u>ПОЛДНИК</u>	Молоко	180	200	108.00	120.00
	Батон		30		78.60
	масло сливочное	2		14.960	
	Печенье	20	20	83.40	83.40
<u>УЖИН</u>	Макаронные изделия с сыром	150	180	206.25	247.50
	Бутерброды с джемом или повидлом	20	40	58.666	117.33
	Кофейный напиток с молоком	180	200	71.10	79.00
	Груши	50	50	23.50	23.50



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №14
Е.И.Поташ
22.01.2025

МЕНЮ НА 23.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Объем блюд		Калорийность блюд	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
<u>ЗАВТРАК</u>	Каша манная молочная жидкая	150	180	161.55	193.86
	Батон	20	30	52.40	78.60
	Джем	10	10	28.40	28.40
	Чай с сахаром	180	200	54.00	60.00
	Яблоки	90	100	42.30	47.00
	Яйца вареные	15	40	23.63	63.00
<u>ОБЕД</u>	Бульон из кур	150	180	4.35	5.22
	Гренки из пшеничного хлеба	10		33.420	
	Рис отварной	110	150	150.00	204.60
	Курица в соусе с томатом	50	70	80.00	112.005
	Салат из белокачанной капусты с морковью	30	60	40.80	81.60
	Хлеб ржаной	30	50	52.20	87.00
	масло сливочное	1		7.480	
	Кисель из повидла, джема или варенья	170	200	130.90	154.00
<u>ПОЛДНИК</u>	Напиток кисломолочный	180	200	90.00	100.00
	Батон	20		52.40	
	Пряники	20		73.20	
	сахар		15		60.00
	Сыр Российский порциями		5		18.20
	масло сливочное		3		22.440
	Батон		30		78.60
<u>УЖИН</u>	Котлеты морковные	150	200	163.00	217.33
	Сгущенное молоко	35	50	90.71	129.50
	Чай с вареньем	160	200	48.00	60.00
	Яблоки	90	90	42.30	42.30



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №14

Е.И.Поташ

23.01.2025

МЕНЮ НА 24.01.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Объем блюд		Калорийность блюд	
		Ясли	Сад	Ясли	Сад
<u>ЗАВТРАК</u>	Каша ячневая вязкая	150	180	203.40	244.08
	Батон	10	30	26.20	78.60
	Сыр Российский порциями	10	10	36.40	36.40
	Чай с лимоном	180	200	54.90	61.00
	Мандарины	100	100	38.00	38.00
<u>ОБЕД</u>	Суп с крупой (пшено)	150	180	72.150	86.580
	Макаронны отварные	110	150	106.270	144.900
	Оладьи из печени по - кунцевски	50	70	111.00	155.40
	Салат из свеклы с соленым огурцом	40	60	49.60	74.40
	Хлеб ржаной	30	35	52.20	60.90
	Компот из смеси сухофруктов	150	200	82.50	110.00
<u>ПОЛДНИК</u>	Сок яблочный	160	200	73.60	92.00
	Булочка Ванильная	40	50	132.00	165.00
<u>УЖИН</u>	Суфле рыбное	50	70	59.00	82.60
	Пюре картофельное	120	150	110.40	138.00
	Батон	15	15	39.30	39.30
	масло сливочное	2	2	14.960	14.960
	Салат из моркови	30	60	39.60	79.20
	Чай с молоком	180	200	78.30	87.00
	Сыр Российский порциями	5		18.20	