

| Наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |             |
|--|-----------------|------------------|---------|-------------|
|  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 180             | 6.26             | 6.10    | 30.96       |
| Чай черный                               | 180             | 0.04             | 0.02    | 7.56        |
| Хлеб с сыром                             | 30              | 1.98             | 0.27    | 11.40       |
| Суп картофельный с клецками              | 180             | 8.35             | 7.90    | 12.37       |
| Пюре из гороха с маслом                  | 120             | 13.84            | 3.83    | 28.91       |
| Биточки (котлеты) из мяса кур            | 70              | 13.05            | 13.63   | 10.35       |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2            | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66        |
| Хлеб ржаной                              | 50              | 3.30             | 0.60    | 16.70       |
| Компот из сухофруктов                    | 180             | 0.02             | 0.00    | 12.80       |
| Запеканка из творога с рисом             | 150             | 18.98            | 17.22   | 28.76       |
| Соус молочный сладкий                    | 30              | 0.79             | 1.60    | 4.90        |
| Кофейный напиток с молоком               | 180             | 2.88             | 2.95    | 11.77       |
| Слойка                                   | 40              | 0.00             | 0.00    | 0.00        |

Рекомендации родителям по организации питания детей дома

Бухгалтер \_\_\_\_\_

(подпись)

(расшифровка подписи)

Руководитель \_\_\_\_\_

(подпись)

Горохова О.А.

(расшифровка подписи)

| <b>ЭСТЬ</b>               |           |           |          |           |
|---------------------------|-----------|-----------|----------|-----------|
| <b>Калорийность, ккал</b> | <b>B1</b> | <b>B2</b> | <b>C</b> | <b>Fe</b> |
| 203.76                    | 0.180     | 0.126     | 0.936    | 1.062     |
| 28.93                     | 0.000     | 0.000     | 0.018    | 0.180     |
| 59.70                     | 0.060     | 0.000     | 0.000    | 0.570     |
| 154.75                    | 0.108     | 0.126     | 8.676    | 1.548     |
| 205.57                    | 0.540     | 0.108     | 0.000    | 4.212     |
| 218.20                    | 0.105     | 0.147     | 1.365    | 1.302     |
| 42.72                     | 0.000     | 0.000     | 0.000    | 0.000     |
| 82.50                     | 0.000     | 0.000     | 1.150    | 0.000     |
| 48.67                     | 0.000     | 0.000     | 0.090    | 0.036     |
| 419.92                    | 0.090     | 0.075     | 0.015    | 0.765     |
| 36.81                     | 0.015     | 0.039     | 0.300    | 0.048     |
| 84.31                     | 0.036     | 0.162     | 1.170    | 0.216     |
| 0.00                      | 0.000     | 0.000     | 0.000    | 0.000     |

**МЕНЮ**  
на 13.01.2025  
ДЕТСКИЙ САД

---

**Витамины и минералы, мг**

| <b>Ca</b>      | <b>A</b> | <b>Mg</b> | <b>D</b> | <b>K</b> |
|----------------|----------|-----------|----------|----------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |          |           |          |          |
| 100.656        | 0.036    | 40.770    | 0.090    | 182.268  |
| 9.216          | 0.000    | 2.592     | 0.000    | 4.698    |
| 6.900          | 0.000    | 0.000     | 0.000    | 0.000    |
| <b>ОБЕД</b>    |          |           |          |          |
| 24.732         | 0.234    | 23.778    | 0.072    | 356.904  |
| 54.348         | 0.024    | 52.812    | 0.048    | 439.788  |
| 34.531         | 0.049    | 13.440    | 0.007    | 143.955  |
| 0.000          | 0.000    | 0.000     | 0.000    | 0.000    |
| 0.000          | 0.000    | 0.000     | 0.000    | 0.000    |
| 8.856          | 0.000    | 1.890     | 0.000    | 0.342    |
| <b>ПОЛДНИК</b> |          |           |          |          |
| 26.295         | 0.030    | 29.235    | 0.210    | 94.815   |
| 27.717         | 0.009    | 3.231     | 0.027    | 33.300   |
| 114.480        | 0.018    | 13.590    | 0.054    | 131.634  |
| 0.000          | 0.000    | 0.000     | 0.000    | 0.000    |

---

---

---

| <b>P</b> | <b>I</b> | <b>Se</b> | <b>F</b> | <b>Car</b> |
|----------|----------|-----------|----------|------------|
| 149.760  | 0.000    | 0.000     | 0.108    |            |
| 1.494    | 0.000    | 0.000     | 0.180    |            |
| 0.000    | 0.000    | 0.000     | 0.000    |            |

|         |       |       |       |  |
|---------|-------|-------|-------|--|
| 100.962 | 0.000 | 0.000 | 0.270 |  |
| 136.788 | 0.000 | 0.000 | 0.000 |  |
| 116.193 | 0.007 | 0.000 | 0.084 |  |
| 0.000   | 0.000 | 0.000 | 0.000 |  |
| 0.000   | 0.000 | 0.000 | 0.000 |  |
| 0.000   | 0.000 | 0.000 | 0.180 |  |

|        |       |       |       |  |
|--------|-------|-------|-------|--|
| 98.490 | 0.000 | 0.000 | 0.075 |  |
| 20.610 | 0.003 | 0.000 | 0.012 |  |
| 81.000 | 0.000 | 0.000 | 0.108 |  |
| 0.000  | 0.000 | 0.000 | 0.000 |  |

---

---

|   |    | Стоимость |
|---|----|-----------|
| № | Ре |           |
|   |    | 10.2      |
|   |    | 0.4       |
|   |    | 8.1       |
|   |    | 7.4       |
|   |    | 5.7       |
|   |    | 22.5      |
|   |    | 1.0       |
|   |    | 2.5       |
|   |    | 2.1       |
|   |    | 50.1      |
|   |    | 2.8       |
|   |    | 6.6       |
|   |    | 16.0      |

---



---

| Наименование блюда            | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |             |
|-------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|
|                               |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |
| Пюре из гороха с маслом       | 110             | 12.68            | 3.51    | 26.50       |
| Биточки (котлеты) из мяса кур | 50              | 9.32             | 9.73    | 7.39        |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2 | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66        |
| Хлеб ржаной                   | 40              | 2.64             | 0.48    | 13.36       |
| Компот из сухофруктов         | 180             | 0.02             | 0.00    | 12.80       |

Рекомендации родителям по  
организации питания детей  
дома

Бухгалтер \_\_\_\_\_  
(подпись) (расшифровка подписи)

Руководитель \_\_\_\_\_ Горохова О.А.  
(подпись) (расшифровка подписи)

| <b>ЭСТЬ</b>               |           |           |          |           |
|---------------------------|-----------|-----------|----------|-----------|
| <b>Калорийность, ккал</b> | <b>B1</b> | <b>B2</b> | <b>C</b> | <b>Fe</b> |
| 188.44                    | 0.495     | 0.099     | 0.000    | 3.861     |
| 155.86                    | 0.075     | 0.105     | 0.975    | 0.930     |
| 42.72                     | 0.000     | 0.000     | 0.000    | 0.000     |
| 66.00                     | 0.000     | 0.000     | 0.920    | 0.000     |
| 48.67                     | 0.000     | 0.000     | 0.090    | 0.036     |

**МЕНЮ**  
на 13.01.2025  
СОТРУДНИКИ

---

**Витамины и минералы, мг**

| <b>Ca</b>   | <b>A</b> | <b>Mg</b> | <b>D</b> | <b>K</b> |
|-------------|----------|-----------|----------|----------|
| <b>ОБЕД</b> |          |           |          |          |
| 49.819      | 0.022    | 48.411    | 0.044    | 403.139  |
| 24.665      | 0.035    | 9.600     | 0.005    | 102.825  |
| 0.000       | 0.000    | 0.000     | 0.000    | 0.000    |
| 0.000       | 0.000    | 0.000     | 0.000    | 0.000    |
| 8.856       | 0.000    | 1.890     | 0.000    | 0.342    |

---

---



---

| <b>P</b> | <b>I</b> | <b>Se</b> | <b>F</b> | <b>Car</b> |
|----------|----------|-----------|----------|------------|
| 125.389  | 0.000    | 0.000     | 0.000    |            |
| 82.995   | 0.005    | 0.000     | 0.060    |            |
| 0.000    | 0.000    | 0.000     | 0.000    |            |
| 0.000    | 0.000    | 0.000     | 0.000    |            |
| 0.000    | 0.000    | 0.000     | 0.180    |            |

---

---

|   |    | Стоимость |
|---|----|-----------|
| № | Ре |           |
|   |    | 6.3       |
|   |    | 16.1      |
|   |    | 1.0       |
|   |    | 2.0       |
|   |    | 2.1       |

---

---

| Наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |             |
|--|-----------------|------------------|---------|-------------|
|  |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |
| Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 150             | 5.22             | 5.09    | 25.80       |
| Чай черный                               | 150             | 0.03             | 0.02    | 6.30        |
| Хлеб с сыром                             | 20              | 1.32             | 0.18    | 7.60        |
| Суп картофельный с клецками              | 150             | 6.96             | 6.58    | 10.30       |
| Пюре из гороха с маслом                  | 110             | 12.68            | 3.51    | 26.50       |
| Биточки (котлеты) из мяса кур            | 50              | 9.32             | 9.73    | 7.39        |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2            | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66        |
| Хлеб ржаной                              | 40              | 2.64             | 0.48    | 13.36       |
| Компот из сухофруктов                    | 150             | 0.02             | 0.00    | 10.66       |
| Запеканка из творога с рисом             | 130             | 16.44            | 14.92   | 24.92       |
| Соус молочный сладкий                    | 20              | 0.52             | 1.07    | 3.26        |
| Кофейный напиток с молоком               | 150             | 2.40             | 2.46    | 9.81        |
| Слойка                                   | 40              | 0.00             | 0.00    | 0.00        |

Рекомендации родителям по организации питания детей дома

Бухгалтер \_\_\_\_\_

(подпись)

(расшифровка подписи)

Руководитель \_\_\_\_\_

(подпись)

Горохова О.А.

(расшифровка подписи)

| <b>ЭСТЬ</b>               |           |           |          |           |
|---------------------------|-----------|-----------|----------|-----------|
| <b>Калорийность, ккал</b> | <b>B1</b> | <b>B2</b> | <b>C</b> | <b>Fe</b> |
| 169.80                    | 0.150     | 0.105     | 0.780    | 0.885     |
| 24.10                     | 0.000     | 0.000     | 0.015    | 0.150     |
| 39.80                     | 0.040     | 0.000     | 0.000    | 0.380     |
| 128.96                    | 0.090     | 0.105     | 7.230    | 1.290     |
| 188.44                    | 0.495     | 0.099     | 0.000    | 3.861     |
| 155.86                    | 0.075     | 0.105     | 0.975    | 0.930     |
| 42.72                     | 0.000     | 0.000     | 0.000    | 0.000     |
| 66.00                     | 0.000     | 0.000     | 0.920    | 0.000     |
| 40.56                     | 0.000     | 0.000     | 0.075    | 0.030     |
| 363.94                    | 0.078     | 0.065     | 0.013    | 0.663     |
| 24.54                     | 0.010     | 0.026     | 0.200    | 0.032     |
| 70.26                     | 0.030     | 0.135     | 0.975    | 0.180     |
| 0.00                      | 0.000     | 0.000     | 0.000    | 0.000     |

**МЕНЮ**  
на 13.01.2025  
ЯСЛИ

**Витамины и минералы, мг**

| Ca             | A     | Mg     | D     | K       |
|----------------|-------|--------|-------|---------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |       |        |       |         |
| 83.880         | 0.030 | 33.975 | 0.075 | 151.890 |
| 7.680          | 0.000 | 2.160  | 0.000 | 3.915   |
| 4.600          | 0.000 | 0.000  | 0.000 | 0.000   |
| <b>ОБЕД</b>    |       |        |       |         |
| 20.610         | 0.195 | 19.815 | 0.060 | 297.420 |
| 49.819         | 0.022 | 48.411 | 0.044 | 403.139 |
| 24.665         | 0.035 | 9.600  | 0.005 | 102.825 |
| 0.000          | 0.000 | 0.000  | 0.000 | 0.000   |
| 0.000          | 0.000 | 0.000  | 0.000 | 0.000   |
| 7.380          | 0.000 | 1.575  | 0.000 | 0.285   |
| <b>ПОЛДНИК</b> |       |        |       |         |
| 22.789         | 0.026 | 25.337 | 0.182 | 82.173  |
| 18.478         | 0.006 | 2.154  | 0.018 | 22.200  |
| 95.400         | 0.015 | 11.325 | 0.045 | 109.695 |
| 0.000          | 0.000 | 0.000  | 0.000 | 0.000   |

---

---

---

| <b>P</b> | <b>I</b> | <b>Se</b> | <b>F</b> | <b>Car</b> |
|----------|----------|-----------|----------|------------|
| 124.800  | 0.000    | 0.000     | 0.090    |            |
| 1.245    | 0.000    | 0.000     | 0.150    |            |
| 0.000    | 0.000    | 0.000     | 0.000    |            |

|         |       |       |       |  |
|---------|-------|-------|-------|--|
| 84.135  | 0.000 | 0.000 | 0.225 |  |
| 125.389 | 0.000 | 0.000 | 0.000 |  |
| 82.995  | 0.005 | 0.000 | 0.060 |  |
| 0.000   | 0.000 | 0.000 | 0.000 |  |
| 0.000   | 0.000 | 0.000 | 0.000 |  |
| 0.000   | 0.000 | 0.000 | 0.150 |  |

|        |       |       |       |  |
|--------|-------|-------|-------|--|
| 85.358 | 0.000 | 0.000 | 0.065 |  |
| 13.740 | 0.002 | 0.000 | 0.008 |  |
| 67.500 | 0.000 | 0.000 | 0.090 |  |
| 0.000  | 0.000 | 0.000 | 0.000 |  |

---

---

|    |    | Стоимость |
|----|----|-----------|
| Ne | Re |           |
|    |    | 8.5       |
|    |    | 0.4       |
|    |    | 6.2       |
|    |    | 6.2       |
|    |    | 5.2       |
|    |    | 16.1      |
|    |    | 1.0       |
|    |    | 2.0       |
|    |    | 1.7       |
|    |    | 43.8      |
|    |    | 1.8       |
|    |    | 5.5       |
|    |    | 16.0      |

---



---

**МЕНЮ**  
на 13.01.2025  
ЯСЛИ

| Наименование блюда                  | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |            |             | Витамины С |
|-------------------------------------|-----------------|------------------|---------|------------|-------------|------------|
|                                     |                 | Белки, г         | Жиры, г | глеводы, г | рийность, г |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>                      |                 |                  |         |            |             |            |
| Каша пшеничная молочная с маслом с. | 150             | 5.22             | 5.09    | 25.80      | 169.80      | 0.780      |
| Чай черный                          | 150             | 0.03             | 0.02    | 6.30       | 24.10       | 0.015      |
| Хлеб с сыром                        | 20              | 1.32             | 0.18    | 7.60       | 39.80       | 0.000      |
| <b>ОБЕД</b>                         |                 |                  |         |            |             |            |
| Суп картофельный с клецками         | 150             | 6.96             | 6.58    | 10.30      | 128.96      | 7.230      |
| Пюре из гороха с маслом             | 110             | 12.68            | 3.51    | 26.50      | 188.44      | 0.000      |
| Биточки (котлеты) из мяса кур       | 50              | 9.32             | 9.73    | 7.39       | 155.86      | 0.975      |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2       | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66       | 42.72       | 0.000      |
| Хлеб ржаной                         | 40              | 2.64             | 0.48    | 13.36      | 66.00       | 0.920      |
| Компот из сухофруктов               | 150             | 0.02             | 0.00    | 10.66      | 40.56       | 0.075      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                      |                 |                  |         |            |             |            |
| Запеканка из творога с рисом        | 130             | 16.44            | 14.92   | 24.92      | 363.94      | 0.013      |
| Соус молочный сладкий               | 20              | 0.52             | 1.07    | 3.26       | 24.54       | 0.200      |
| Кофейный напиток с молоком          | 150             | 2.40             | 2.46    | 9.81       | 70.26       | 0.975      |
| Слойка                              | 40              | 0.00             | 0.00    | 0.00       | 0.00        | 0.000      |

**МЕНЮ**  
на 13.01.2025  
ДЕТСКИЙ САД

| Наименование блюда                  | Масса порции, г | Пищевая ценность |         |            |             | Витамины С |
|-------------------------------------|-----------------|------------------|---------|------------|-------------|------------|
|                                     |                 | Белки, г         | Жиры, г | глеводы, г | рийность, г |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>                      |                 |                  |         |            |             |            |
| Каша пшеничная молочная с маслом с. | 180             | 6.26             | 6.10    | 30.96      | 203.76      | 0.936      |
| Чай черный                          | 180             | 0.04             | 0.02    | 7.56       | 28.93       | 0.018      |
| Хлеб с сыром                        | 30              | 1.98             | 0.27    | 11.40      | 59.70       | 0.000      |
| <b>ОБЕД</b>                         |                 |                  |         |            |             |            |
| Суп картофельный с клецками         | 180             | 8.35             | 7.90    | 12.37      | 154.75      | 8.676      |
| Пюре из гороха с маслом             | 120             | 13.84            | 3.83    | 28.91      | 205.57      | 0.000      |
| Биточки (котлеты) из мяса кур       | 70              | 13.05            | 13.63   | 10.35      | 218.20      | 1.365      |
| Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2       | 20              | 1.58             | 0.20    | 9.66       | 42.72       | 0.000      |
| Хлеб ржаной                         | 50              | 3.30             | 0.60    | 16.70      | 82.50       | 1.150      |
| Компот из сухофруктов               | 180             | 0.02             | 0.00    | 12.80      | 48.67       | 0.090      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                      |                 |                  |         |            |             |            |
| Запеканка из творога с рисом        | 150             | 18.98            | 17.22   | 28.76      | 419.92      | 0.015      |
| Соус молочный сладкий               | 30              | 0.79             | 1.60    | 4.90       | 36.81       | 0.300      |
| Кофейный напиток с молоком          | 180             | 2.88             | 2.95    | 11.77      | 84.31       | 1.170      |
| Слойка                              | 40              | 0.00             | 0.00    | 0.00       | 0.00        | 0.000      |