

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180	5.72
Чай с молоком	180	1.35
Хлеб с маслом	30	2.03
Сок в ассортименте	100	0.50
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	50	0.86
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1.89
Пюре из гороха с маслом	130	14.99
Биточки (котлеты) из мяса кур	70	13.05
Компот из сухофруктов	180	0.02
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52
Хлеб ржаной	50	3.30
Запеканка из творога	150	21.16
Соус молочный сладкий	30	0.79
Кофейный напиток с молоком	180	2.88
Слойка	40	0.00

Рекомендации родителям по организации питания детей дома \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_  
(подпись)

Руководитель \_\_\_\_\_  
(подпись)

Пищевая ценность				
Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1	В2
5.38	30.56	193.32	0.126	0.144
1.46	9.67	55.93	0.018	0.072
4.62	11.48	99.36	0.060	0.006
0.00	10.10	42.22		
3.38	5.03	54.04	0.020	0.025
1.91	12.06	73.10	0.054	0.036
4.15	31.32	222.70	0.585	0.117
13.63	10.35	218.20	0.105	0.147
0.00	12.80	48.67	0.000	0.000
0.16	9.84	46.60		0.000
0.60	16.70	82.50	0.000	0.000
15.15	19.42	390.72	0.015	0.030
1.60	4.90	36.81	0.015	0.039
2.95	11.77	84.31	0.036	0.162
0.00	0.00	0.00	0.000	0.000

\_\_\_\_\_  
(расшифровка подписи)

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

**МЕНЮ**  
на 20.01.2025  
ДЕТСКИЙ САД

---

<b>С</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>A</b>	<b>Mg</b>
<b>ЗАВТРАК</b>				
0.936	0.738	120.222	0.036	28.998
0.612	0.216	61.200	0.018	8.442
0.000	0.582	8.340	0.027	0.024
<b>ЗАВТРАК 2</b>				
2.000				
<b>ОБЕД</b>				
19.165	0.315	22.325	0.170	9.835
5.328	0.486	17.406	0.036	10.602
0.000	4.563	58.877	0.026	57.213
1.365	1.302	34.531	0.049	13.440
0.090	0.036	8.856	0.000	1.890
0.000				
1.150	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>ПОЛДНИК</b>				
0.015	0.285	8.820	0.015	2.895
0.300	0.048	27.717	0.009	3.231
1.170	0.216	114.480	0.018	13.590
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

---

---

---

**Витамины и минералы, мг**

<b>D</b>	<b>K</b>	<b>P</b>	<b>I</b>	<b>Se</b>
0.090	180.108	189.360	0.000	0.000
0.018	70.398	41.994	0.000	0.000
0.078	1.800	1.800	0.000	0.000

--	--	--	--	--

0.000	141.740	17.565	0.000	0.000
0.000	169.362	30.870	0.000	0.000
0.052	476.437	148.187	0.000	0.000
0.007	143.955	116.193	0.007	0.000
0.000	0.342	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

0.135	24.810	21.675	0.000	0.000
0.027	33.300	20.610	0.003	0.000
0.054	131.634	81.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

---

---

				Стоимость
F	Car	Ne	Re	
0.144				9.9
0.144				3.5
0.000				8.1
				3.7
0.010				6.4
0.180				3.0
0.000				6.5
0.084				22.5
0.180				2.1
				1.0
0.000				2.5
0.015				53.9
0.012				2.8
0.108				6.6
0.000				8.0

---



---

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
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36

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
48.67	0.000	0.000	0.090	0.036
46.60		0.000	0.000	
66.00	0.000	0.000	0.920	0.000

---



---

**МЕНЮ**  
на 20.01.2025  
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
8.856	0.000	1.890	0.000	0.342
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>
125.389	0.000	0.000	0.000	
82.995	0.005	0.000	0.060	
0.000	0.000	0.000	0.180	
0.000	0.000	0.000	0.000	

---

---

		Стоимость
№	Ре	
		8.4
		16.1
		2.0
		1.0
		2.0

---

---

Наименование блюда	Масса порции, г	Белки, г
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4.77
Чай с молоком	150	1.12
Хлеб с маслом	20	1.35
Сок в ассортименте	100	0.50
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	30	0.52
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1.58
Пюре из гороха с маслом	110	12.68
Биточки (котлеты) из мяса кур	50	9.32
Компот из сухофруктов	150	0.02
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52
Хлеб ржаной	40	2.64
Запеканка из творога	130	18.34
Соус молочный сладкий	20	0.52
Кофейный напиток с молоком	150	2.40
Слойка	40	0.00

Рекомендации родителям по организации питания детей дома \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_  
(подпись)

Руководитель \_\_\_\_\_  
(подпись)

Пищевая ценность				
Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1	В2
4.49	25.47	161.10	0.105	0.120
1.22	8.06	46.60	0.015	0.060
3.08	7.65	66.24	0.040	0.004
0.00	10.10	42.22		
2.03	3.02	32.42	0.012	0.015
1.59	10.05	60.92	0.045	0.030
3.51	26.50	188.44	0.495	0.099
9.73	7.39	155.86	0.075	0.105
0.00	10.66	40.56	0.000	0.000
0.16	9.84	46.60		0.000
0.48	13.36	66.00	0.000	0.000
13.13	16.84	338.62	0.013	0.026
1.07	3.26	24.54	0.010	0.026
2.46	9.81	70.26	0.030	0.135
0.00	0.00	0.00	0.000	0.000

\_\_\_\_\_  
(расшифровка подписи)

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

**МЕНЮ**  
на 20.01.2025  
ЯСЛИ

---

<b>С</b>	<b>Fe</b>	<b>Ca</b>	<b>A</b>	<b>Mg</b>
<b>ЗАВТРАК</b>				
0.780	0.615	100.185	0.030	24.165
0.510	0.180	51.000	0.015	7.035
0.000	0.388	5.560	0.018	0.016
<b>ЗАВТРАК 2</b>				
2.000				
<b>ОБЕД</b>				
11.499	0.189	13.395	0.102	5.901
4.440	0.405	14.505	0.030	8.835
0.000	3.861	49.819	0.022	48.411
0.975	0.930	24.665	0.035	9.600
0.075	0.030	7.380	0.000	1.575
0.000				
0.920	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>ПОЛДНИК</b>				
0.013	0.247	7.644	0.013	2.509
0.200	0.032	18.478	0.006	2.154
0.975	0.180	95.400	0.015	11.325
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

---

---

---

**Витамины и минералы, мг**

<b>D</b>	<b>K</b>	<b>P</b>	<b>I</b>	<b>Se</b>
0.075	150.090	157.800	0.000	0.000
0.015	58.665	34.995	0.000	0.000
0.052	1.200	1.200	0.000	0.000

--	--	--	--	--

0.000	85.044	10.539	0.000	0.000
0.000	141.135	25.725	0.000	0.000
0.044	403.139	125.389	0.000	0.000
0.005	102.825	82.995	0.005	0.000
0.000	0.285	0.000	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

0.117	21.502	18.785	0.000	0.000
0.018	22.200	13.740	0.002	0.000
0.045	109.695	67.500	0.000	0.000
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

---

---

				Стоимость
F	Car	Ne	Re	
0.120				7.9
0.120				3.0
0.000				5.9
				3.5
0.006				4.2
0.150				2.7
0.000				5.5
0.060				16.1
0.150				1.7
				1.0
0.000				2.0
0.013				46.1
0.008				1.8
0.090				5.5
0.000				8.8

---



---

**МЕНЮ**  
на 20.01.2025  
ЯСЛИ

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	глеводы,	рийность,	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша ячневая молочная с маслом сливоч	150	4.77	4.49	25.47	161.10	0.780
Чай с молоком	150	1.12	1.22	8.06	46.60	0.510
Хлеб с маслом	20	1.35	3.08	7.65	66.24	0.000
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок в ассортименте	100	0.50	0.00	10.10	42.22	2.000
<b>ОБЕД</b>						
Салат из белокочанной капусты с морковью	30	0.52	2.03	3.02	32.42	11.499
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1.58	1.59	10.05	60.92	4.440
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
Компот из сухофруктов	150	0.02	0.00	10.66	40.56	0.075
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
<b>ПОЛДНИК</b>						
Запеканка из творога	130	18.34	13.13	16.84	338.62	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 20.01.2025  
ДЕТСКИЙ САД

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	глеводы,	рийность,	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша ячневая молочная с маслом сливоч	180	5.72	5.38	30.56	193.32	0.936
Чай с молоком	180	1.35	1.46	9.67	55.93	0.612
Хлеб с маслом	30	2.03	4.62	11.48	99.36	0.000
<b>ЗАВТРАК 2</b>						
Сок в ассортименте	100	0.50	0.00	10.10	42.22	2.000
<b>ОБЕД</b>						
Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0.86	3.38	5.03	54.04	19.165
Суп картофельный с макаронными изделиями	180	1.89	1.91	12.06	73.10	5.328
Пюре из гороха с маслом	130	14.99	4.15	31.32	222.70	0.000
Биточки (котлеты) из мяса кур	70	13.05	13.63	10.35	218.20	1.365
Компот из сухофруктов	180	0.02	0.00	12.80	48.67	0.090
Хлеб пшеничный 1 (Валетек 8)	20	1.52	0.16	9.84	46.60	0.000
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
<b>ПОЛДНИК</b>						
Запеканка из творога	150	21.16	15.15	19.42	390.72	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