

Согласовано

## Меню приготавливаемых блюд

### 7 июля 2025 г.

Утверждаю  
Ген.директор АО "Общепит"  
Аминева Т.М.



Рацион: Ясли Весна - Лето 2025 год

Недел.

День: понедельник

| Прием пищи         | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                     |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Макаронные изделия отварные 130/3   | 130/3     | 5                | 3    | 32       | 176                     | 332,01      |
|                    | Чай с сахаром,лимоном )*            | 180/5     |                  |      | 5        | 22                      | 686,02      |
|                    | Бутерброд с маслом )                | 20/5      | 1                | 4    | 10       | 83                      | 1,07        |
| Итого за Завтрак   |                                     | 343       | 6                | 7    | 47       | 281                     |             |
| Завтрак            | Сок нат.)                           | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                     | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               | Морковь отварная 40гр               | 40        | 1                |      | 2        | 11                      | 770         |
|                    | Суп картофельный с пшенной крупой ) | 150       | 1                | 2    | 12       | 67                      | 138,04      |
|                    | Рагу из овощей с мясом 120гр        | 120       | 10               | 11   | 8        | 174                     | 7,12        |
|                    | Компот из сухофруктов )*            | 150       |                  |      | 15       | 61                      | 639,03      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания    | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                     | 500       | 14               | 13   | 54       | 397                     |             |
| Полдник            | Булочка сдобная 50гр                | 50        | 4                | 4    | 26       | 159                     | 117,01      |
|                    | Чай с сахаром )                     | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                     | 200       | 4                | 4    | 31       | 179                     |             |
| Итого за день      |                                     | 1 193     | 25               | 24   | 147      | 926                     |             |

Рацион: Сад Весна - Лето 2025 год

Неделя: 1

День: понедельник

| Прием пищи         | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                      |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Макаронные изделия отварные 150/5    | 150/5     | 6                | 4    | 33       | 196                     | 332,16      |
|                    | Чай с сахаром,лимоном ))*            | 200/7     |                  |      | 7        | 31                      | 686,05      |
|                    | Бутерброд с маслом ))                | 30/5      | 2                | 4    | 15       | 105                     | 1,08        |
| Итого за Завтрак   |                                      | 397       | 8                | 8    | 55       | 332                     |             |
| Завтрак            | Сок нат.)                            | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                      | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               | Морковь отварная 60гр                | 60        | 1                |      | 3        | 17                      | 770,03      |
|                    | Суп картофельный с пшенной крупой )) | 200       | 2                | 3    | 16       | 95                      | 138,03      |
|                    | Рагу из овощей с мясом 150гр         | 150       | 12               | 14   | 11       | 217                     | 7,1         |
|                    | Компот из сухофруктов ))*            | 200       | 1                |      | 21       | 85                      | 639,04      |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания.    | 30        | 2                |      | 13       | 63                      | 199,03      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания. | 30        | 2                |      | 12       | 62                      | 70,5        |
| Итого за Обед      |                                      | 670       | 20               | 17   | 76       | 539                     |             |
| Полдник            | Булочка сдобная 50гр                 | 50        | 4                | 4    | 26       | 159                     | 117,01      |
|                    | Кисель с витаминами +*               | 200       |                  |      | 24       | 95                      | 2,23        |
| Итого за Полдник   |                                      | 250       | 4                | 4    | 50       | 254                     |             |
| Итого за день      |                                      | 1 467     | 33               | 29   | 196      | 1194                    |             |

Согласовано



# Меню приготавливаемых блюд 8 июля 2025 г.



Рацион: Ясли Весна - Лето 2025 год

Неделя: 1

День: вторник

| Прием пищи         | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                     |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Суп молочный с рисовой крупой )     | 150       | 5                | 6    | 16       | 141                     | 161,02      |
|                    | Кофейный напиток на молоке )**      | 180       | 3                | 3    | 10       | 78                      | 692,02      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
| Итого за Завтрак   |                                     | 350       | 9                | 9    | 34       | 261                     |             |
| Завтрак            | Фрукты))                            | 150       | 1                | 1    | 15       | 71                      | 67,04       |
| Итого за 2 Завтрак |                                     | 150       | 1                | 1    | 15       | 71                      |             |
| Обед               | Свекольник 150гр                    | 150       | 1                | 3    | 9        | 71                      | 35,08       |
|                    | Котлеты рыбные 50гр                 | 50        | 8                | 6    | 7        | 112                     | 388,25      |
|                    | Картофельное пюре 120гр             | 120       | 2                | 4    | 16       | 109                     | 520,16      |
|                    | Соус томатный 20гр                  | 20        |                  | 1    | 1        | 14                      | 23          |
|                    | Напиток лимонный )*                 | 150       |                  |      | 7        | 30                      | 699,02      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания    | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                     | 530       | 13               | 14   | 57       | 420                     |             |
| Полдник            | Плюшка Новомосковская )             | 50        | 4                | 4    | 28       | 162                     | 87          |
|                    | Чай с сахаром )                     | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                     | 200       | 4                | 4    | 33       | 182                     |             |
| Итого за день      |                                     | 1 230     | 27               | 28   | 139      | 934                     |             |

Рацион: Сад Весна - Лето 2025 год

Неделя: 1

День: вторник

| Прием пищи         | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                      |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Суп молочный с рисовой крупой 180    | 180       | 6                | 7    | 19       | 169                     | 161,13      |
|                    | Кофейный напиток на молоке ))*       | 200       | 3                | 3    | 13       | 93                      | 692,03      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания. | 30        | 2                |      | 12       | 62                      | 70,5        |
| Итого за Завтрак   |                                      | 410       | 11               | 10   | 44       | 324                     |             |
| Завтрак            | Фрукты))                             | 150       | 1                | 1    | 15       | 71                      | 67,04       |
| Итого за 2 Завтрак |                                      | 150       | 1                | 1    | 15       | 71                      |             |
| Обед               | Свекольник 180гр                     | 180       | 2                | 4    | 11       | 86                      | 35,09       |
|                    | Котлеты рыбные 50гр                  | 50        | 8                | 6    | 7        | 112                     | 388,25      |
|                    | Картофельное пюре 150гр              | 150       | 3                | 5    | 20       | 137                     | 520,17      |
|                    | Соус томатный 30гр                   | 30        |                  | 1    | 2        | 22                      | 23,01       |
|                    | Напиток лимонный ))*                 | 200       |                  |      | 10       | 42                      | 699,03      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания. | 30        | 2                |      | 12       | 62                      | 70,5        |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания.    | 30        | 2                |      | 13       | 63                      | 199,03      |
| Итого за Обед      |                                      | 670       | 17               | 16   | 75       | 524                     |             |
| Полдник            | Плюшка Новомосковская )              | 50        | 4                | 4    | 28       | 162                     | 87          |
|                    | Чай с сахаром ))*                    | 200       |                  |      | 5        | 21                      | 685,08      |
| Итого за Полдник   |                                      | 250       | 4                | 4    | 33       | 183                     |             |
| Итого за день      |                                      | 1 480     | 33               | 31   | 167      | 1102                    |             |

Согласовано

# Меню приготавливаемых блюд 9 июля 2025 г.

Утверждаю  
Ген.директор АО "Общепит"  
Аминев Т.М.



Рацион: Ясли Весна - Лето 2025 год

Неделя: 1

День: среда

| Прием пищи         | Наименование блюда                      | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-----------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                         |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Каша пшенная молочная жидкая 150/4      | 150/4     | 6                | 7    | 26       | 187                     | 510,28      |
|                    | Чай с сахаром,молоком )**               | 180       | 1                | 1    | 5        | 35                      | 685,07      |
|                    | Бутерброд с сыром )                     | 20/8      | 4                | 2    | 10       | 73                      | 1           |
| Итого за Завтрак   |                                         | 362       | 11               | 10   | 41       | 295                     |             |
| Завтрак            | Сок нат.)                               | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                         | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               | Суп крестьянский с рисовой крупой 150гр | 150       | 1                | 3    | 8        | 67                      | 138,2       |
|                    | Фрикадельки из кур 50/4 (филе)          | 50/4      | 7                | 9    | 4        | 127                     | 451,33      |
|                    | Макаронные изделия отварные 130/3       | 130/3     | 5                | 3    | 32       | 176                     | 332,01      |
|                    | Соус томатный 20гр                      | 20        |                  | 1    | 1        | 14                      | 23          |
|                    | Компот из свежих яблок )*               | 150       |                  |      | 8        | 34                      | 631,02      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания     | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания        | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                         | 547       | 15               | 16   | 70       | 502                     |             |
| Полдник            | Булочка Домашняя/                       | 50        | 4                | 7    | 31       | 198                     | 273,06      |
|                    | Чай с сахаром )                         | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                         | 200       | 4                | 7    | 36       | 218                     |             |
| Итого за день      |                                         | 1 259     | 31               | 33   | 162      | 1084                    |             |

Рацион: Сад Весна - Лето 2025 год

Неделя: 1

День: среда

| Прием пищи         | Наименование блюда                      | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-----------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                         |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Каша пшенная молочная жидкая 180/5      | 180/5     | 7                | 8    | 32       | 226                     | 510,3       |
|                    | Чай с сахаром,молоком ))*               | 200       | 2                | 2    | 7        | 51                      | 685,09      |
|                    | Бутерброд с сыром ))                    | 30/12     | 5                | 3    | 15       | 110                     | 1,04        |
| Итого за Завтрак   |                                         | 427       | 14               | 13   | 54       | 387                     |             |
| Завтрак            | Сок нат.)                               | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                         | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               | Суп крестьянский с рисовой крупой 200гр | 200       | 2                | 4    | 10       | 87                      | 138,21      |
|                    | Фрикадельки из кур 70/5 (филе)          | 70/5      | 10               | 12   | 6        | 173                     | 451,32      |
|                    | Макаронные изделия отварные 150/5       | 150/5     | 6                | 4    | 33       | 196                     | 332,16      |
|                    | Соус томатный 30гр                      | 30        |                  | 1    | 2        | 22                      | 23,01       |
|                    | Компот из свежих яблок ))*              | 200       |                  |      | 12       | 51                      | 631,03      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания.    | 30        | 2                |      | 12       | 62                      | 70,5        |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания.       | 30        | 2                |      | 13       | 63                      | 199,03      |
| Итого за Обед      |                                         | 720       | 22               | 21   | 88       | 654                     |             |
| Полдник            | Булочка Домашняя/+                      | 70        | 5                | 9    | 43       | 277                     | 273,1       |
|                    | Чай с сахаром ))*                       | 200       |                  |      | 5        | 21                      | 685,08      |
| Итого за Полдник   |                                         | 270       | 5                | 9    | 48       | 298                     |             |
| Итого за день      |                                         | 1 567     | 42               | 43   | 205      | 1408                    |             |

Согласовано

Утверждаю  
Ген.директор АО "Общепит"  
Аминева Т.М.



# Меню приготавливаемых блюд

10 июля 2025 г.

Рацион: Ясли Весна - Лето 2025 год

Неделя: 1

День: четверг

| Прием пищи         | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                      |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Каша молочная манная жидкая )        | 150/4     | 6                | 8    | 25       | 196                     | 311         |
|                    | Чай с сахаром,молоком )**            | 180       | 1                | 1    | 5        | 35                      | 685,07      |
|                    | Бутерброд с маслом )                 | 20/5      | 1                | 4    | 10       | 83                      | 1,07        |
| Итого за Завтрак   |                                      | 359       | 8                | 13   | 40       | 314                     |             |
| Завтрак            | Компот из сухофруктов )*             | 150       |                  |      | 15       | 61                      | 639,03      |
|                    | Кондитерское изделие 15              | 15        | 1                | 3    | 10       | 68                      | 69,26       |
| Итого за 2 Завтрак |                                      | 165       | 1                | 3    | 25       | 129                     |             |
| Обед               | Щи из св. капусты и картофелем 150гр | 150       | 1                | 3    | 5        | 56                      | 124,13      |
|                    | Гуляш из кур )                       | 60        | 12               | 13   | 4        | 182                     | 487,01      |
|                    | Каша гречневая рассыпчатая 120/4     | 120/4     | 7                | 4    | 28       | 179                     | 302,74      |
|                    | Напиток из плодов шиповника 150гр    | 150       | 1                |      | 20       | 83                      | 699,05      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания  | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания     | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                      | 524       | 23               | 20   | 74       | 584                     |             |
| Полдник            | Лепешки сметанные )                  | 50        | 4                | 7    | 31       | 207                     | 89,01       |
|                    | Кефир )                              | 150/5     | 4                | 5    | 11       | 108                     | 698         |
| Итого за Полдник   |                                      | 205       | 8                | 12   | 42       | 315                     |             |
| Итого за день      |                                      | 1 253     | 40               | 48   | 181      | 1342                    |             |

Рацион: Сад Весна - Лето 2025 год

Неделя: 1

День: четверг

| Прием пищи         | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                      |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Каша молочная манная жидкая 180/5    | 180/5     | 7                | 10   | 30       | 236                     | 311,14      |
|                    | Чай с сахаром,молоком ))*            | 200       | 2                | 2    | 7        | 51                      | 685,09      |
|                    | Бутерброд с маслом ))                | 30/5      | 2                | 4    | 15       | 105                     | 1,08        |
| Итого за Завтрак   |                                      | 420       | 11               | 16   | 52       | 392                     |             |
| Завтрак            | Компот из сухофруктов ))*            | 200       | 1                |      | 21       | 85                      | 639,04      |
|                    | Кондитерское изделие 15              | 15        | 1                | 3    | 10       | 68                      | 69,26       |
| Итого за 2 Завтрак |                                      | 215       | 2                | 3    | 31       | 153                     |             |
| Обед               | Щи из св. капусты и картофелем 180гр | 180       | 1                | 4    | 6        | 68                      | 124,14      |
|                    | Гуляш из кур ))                      | 70        | 14               | 16   | 5        | 219                     | 487,02      |
|                    | Каша гречневая рассыпчатая 150/4     | 150/4     | 8                | 5    | 35       | 224                     | 302,73      |
|                    | Напиток из плодов шиповника 200гр    | 200       | 1                |      | 27       | 111                     | 699,06      |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания.    | 30        | 2                |      | 13       | 63                      | 199,03      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания. | 30        | 2                |      | 12       | 62                      | 70,5        |
| Итого за Обед      |                                      | 664       | 28               | 25   | 98       | 747                     |             |
| Полдник            | Лепешки сметанные ))                 | 60        | 5                | 9    | 37       | 248                     | 89,02       |
|                    | Кефир ))*                            | 200/7     | 6                | 6    | 15       | 146                     | 698,1       |
| Итого за Полдник   |                                      | 267       | 11               | 15   | 52       | 394                     |             |
| Итого за день      |                                      | 1 566     | 52               | 59   | 233      | 1686                    |             |

Согласовано



## Меню приготавливаемых блюд

11 июля 2025 г.



Рацион: Ясли Весна - Лето 2025 год

Неделя: 1

День: пятница

| Прием пищи         | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|----------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                        |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Каша молочная "Дружба" )               | 150/4     | 4                | 8    | 17       | 154                     | 311,06      |
|                    | Какао с молоком ) *                    | 180       | 3                | 3    | 10       | 81                      | 693,02      |
|                    | Бутерброд с маслом )                   | 20/5      | 1                | 4    | 10       | 83                      | 1,07        |
| Итого за Завтрак   |                                        | 359       | 8                | 15   | 37       | 318                     |             |
| Завтрак            | Сок нат.)                              | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                        | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 150/10    | 5                | 3    | 18       | 122                     | 134,22      |
|                    | Плов из курицы 120                     | 120       | 11               | 15   | 19       | 256                     | 492,05      |
|                    | Компот из свежих яблок ) *             | 150       |                  |      | 8        | 34                      | 631,02      |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания       | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                        | 450       | 17               | 18   | 54       | 454                     |             |
| Полдник            | Макаронные изделия отварные 130/3      | 130/3     | 5                | 3    | 32       | 176                     | 332,01      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания    | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Чай с сахаром )                        | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                        | 303       | 6                | 3    | 45       | 238                     |             |
| Итого за день      |                                        | 1 262     | 32               | 36   | 151      | 1079                    |             |

Рацион: Сад Весна - Лето 2025 год

Неделя: 1

День: пятница

| Прием пищи         | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|----------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                        |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            | Каша молочная "Дружба" ))              | 200/5     | 6                | 10   | 22       | 205                     | 311,05      |
|                    | Какао с молоком )) *                   | 200       | 3                | 4    | 12       | 95                      | 693,04      |
|                    | Бутерброд с маслом ))                  | 30/5      | 2                | 4    | 15       | 105                     | 1,08        |
| Итого за Завтрак   |                                        | 440       | 11               | 18   | 49       | 405                     |             |
| Завтрак            | Сок нат.)                              | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                        | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 180/15    | 6                | 4    | 23       | 153                     | 134,23      |
|                    | Плов из курицы 150гр                   | 150       | 7                | 9    | 12       | 160                     | 492,03      |
|                    | Компот из свежих яблок )) *            | 200       |                  |      | 12       | 51                      | 631,03      |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания.      | 30        | 2                |      | 13       | 63                      | 199,03      |
| Итого за Обед      |                                        | 575       | 15               | 13   | 60       | 427                     |             |
| Полдник            | Хлеб пшеничный для детского питания.   | 30        | 2                |      | 12       | 62                      | 70,5        |
|                    | Макаронные изделия отварные 150/5      | 150/5     | 6                | 4    | 33       | 196                     | 332,16      |
|                    | Чай с сахаром )) *                     | 200       |                  |      | 5        | 21                      | 685,08      |
| Итого за Полдник   |                                        | 385       | 8                | 4    | 50       | 279                     |             |
| Итого за день      |                                        | 1550      | 35               | 35   | 174      | 1180                    |             |