Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

25.03.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 3 от 25.03.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 100 гр.	146,46500	7,79450	10,00900	2,52100	100,000
Батон с маслом, сыром 35/5/6 гр	140,77000	4,27500	6,77750	18,69500	46,000
Кофейный напиток с молоком 150 гр	78,37500	2,10250	2,11200	10,60650	150,000
Итого:	**365,61000**	**14,17200**	**18,89850**	**31,82250**	**296,000**
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	**46,00000**	**0,50000**	**0,10000**	**10,10000**	**100,000**
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом 45 гр	35,74500	0,77250	2,29300	3,99600	45,000
Свекольник вегетарианский со сметаной	80,34400	1,41350	3,33800	10,76800	150,000
Гуляш из мяса куры .	98,82250	15,01700	2,69700	1,72050	60,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	201,04600	5,10000	3,02250	35,46800	130,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36650	0,02000	13,26600	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	**574,27250**	**26,16950**	**11,91050**	**87,77850**	**587,000**
Полдник					
Снежок 150 г	124,29250	3,89400	4,79250	16,32400	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	170,67100	4,18950	4,39600	25,05650	70,000
Итого:	**294,96350**	**8,08350**	**9,18850**	**41,38050**	**220,000**
Всего:	**1 280,84600**	**48,92500**	**40,09750**	**171,08150**	**1 203,000**

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

25.03.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 25.03.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 120 гр.	177,56116	9,42592	12,07258	3,02953	120,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	147,53090	4,78961	7,33794	18,37476	49,000
Кофейный напиток с молоком 200 гр	104,80133	2,79618	2,80742	14,13172	200,000
Итого:	**429,89339**	**17,01171**	**22,21794**	**35,53601**	**369,000**
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	47,38197	0,51288	0,10258	10,36009	100,000
Итого:	**47,38197**	**0,51288**	**0,10258**	**10,36009**	**100,000**
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом.	44,20639	0,79382	3,04365	4,38494	60,000
Свекольник вегетарианский со сметаной	102,23116	1,79086	4,16318	13,83442	200,000
Гуляш из мяса куры 85 г	116,91670	17,48112	3,09064	2,43751	85,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	153,52013	3,42245	3,77352	23,74094	130,000
Компот из сухофруктов.	74,88000	0,48880	0,02639	17,08249	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,60086	1,94601	0,35382	12,32472	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,99785	1,90000	0,22502	12,52502	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	**603,35309**	**27,82306**	**14,67622**	**86,33004**	**732,000**
Полдник					
Снежок 150 г	124,43232	3,88047	4,77597	16,26815	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	186,43820	4,50013	4,46665	27,93481	70,000
Итого:	**310,87052**	**8,38060**	**9,24262**	**44,20296**	**220,000**
Всего:	**1 391,49897**	**53,72825**	**46,23936**	**176,42910**	**1 421,000**