

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

17.04.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 3 от 17.04.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д-10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	157,43714	4,38929	5,88500	21,46000	150,000
Сыр 7 гр	22,62857	1,67429	1,72571	0,00000	7,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Какао с молоком	86,54000	2,33286	2,40714	12,80786	150,000
Итого:	337,10571	10,70644	10,91785	50,25786	337,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр.	47,50714	0,42214	0,42214	12,46071	120,000
Итого:	47,50714	0,42214	0,42214	12,46071	120,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 45гр.	52,63357	0,62429	3,34500	4,75286	45,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	110,65571	3,99357	2,88214	15,78214	200,000
Жаркое по - домашнему 140г	205,03143	13,61071	13,50143	15,87429	140,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36643	0,02000	13,26571	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:	526,63571	22,09500	20,28857	72,23500	587,000
Полдник					
Биокефир 150 г	84,00000	4,20000	4,80000	6,00000	150,000
Булочка дорожная, 50 г	153,37714	4,20857	3,30714	27,08500	50,000
Итого:	237,37714	8,40857	8,10714	33,08500	200,000
Всего:	1 148,62570	41,63215	39,73570	168,03857	1 244,000

Рекомендации по составу домашнего питания на день: Полноценный ужин

Утверждаю



Дети, 5 д 10, 5 ч

Жиры, Углевод

17.04.2025

ТРЕБ. дети № 1 от 17.04.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10, 54

Рекомендации по составу домашнего питания на день: Полноценный ужин

Рекомендации по составу домашнего питания на день: Полноценный ужин