



АСАТОВА Г.Р.

03.06.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 3 от 03.06.2025, 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 пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	122,74846	3,25654	4,31462	14,62269	150,000
Сыр 6 гр	19,49538	1,43538	1,47923	0,00000	6,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Какао с молоком	86,54000	2,33308	2,40654	12,80731	150,000
Итого:	299,28384	9,33500	9,10039	43,42000	336,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 120 г	55,20000	0,60000	0,12000	12,12000	120,000
Итого:	55,20000	0,60000	0,12000	12,12000	120,000
Обед					
Салат из помидоров и огурцов с зеленью.	19,45500	0,49731	1,20654	2,19346	45,000
Щи вегетарианские со сметаной	58,31500	1,08115	3,25500	5,47654	150,000
Плов из филе индейки 180г	225,80269	13,29154	8,66154	20,42308	180,000
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр,	59,86038	0,30346	0,00000	14,51346	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:	463,93307	18,67346	13,66308	65,16654	577,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,30846	3,89385	4,79231	16,32385	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,84615	0,76038	0,89769	5,91346	10,000
Запеканка творожная 100 гр	269,49385	12,86500	16,85808	9,35462	100,000
Итого:	427,64846	17,51923	22,54808	31,59193	260,000
Всего:	1 246,06537	46,12769	45,43155	152,29847	1 293,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: овощи, фрукты

14

03.06.2025

ТРЕБ. дети № 1 от 03.06.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети,



Рекомендации по составу домашнего питания в день: овощи, фрукты

Рекомендации по составу домашнего питания в день: овощи, фрукты