

04.06.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 3 от 04.06.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10, 5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	106,45750	3,55542	4,48625	11,32042	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,74000	4,58625	8,16542	16,03792	45,000
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	8,85458	150,000
Итого:	289,15000	8,14167	12,65167	36,21292	345,000
Завтрак второй					
Банан 130 гр	80,99000	1,36500	0,09083	19,83792	130,000
Итого:	80,99000	1,36500	0,09083	19,83792	130,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	14,15667	0,31333	1,03833	1,34958	30,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	110,65083	3,99375	2,88167	15,78208	200,000
Суфле из мяса говядины 80 гр.	242,97667	17,38042	15,62083	2,30208	80,000
Картофельное пюре 130 гр	122,93667	2,57292	3,26250	19,00417	130,000
Напиток из клюквы	48,28542	0,10417	0,00000	11,31292	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:	639,50626	27,86459	23,34333	72,31083	642,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,79000	4,49292	8,98542	6,14000	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 120г	107,75583	2,89625	3,52958	13,70958	120,000
Печенье 20 гр	91,60000	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	325,14583	9,46917	13,55500	35,20958	290,000
Всего:	1 334,79209	46,84043	49,64083	163,57125	1 407,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок, выпечка

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

04.06.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 04.06.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	146,31339	4,77722	6,22717	15,34417	200,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	147,55400	4,75561	7,28504	18,56757	49,000
Чай с сахаром.	49,48422	0,00000	0,00000	11,80635	200,000
Итого:	343,35161	9,53283	13,51221	45,71809	449,000
Завтрак второй					
Банан 130 гр	81,08674	1,35817	0,09057	19,73848	130,000
Итого:	81,08674	1,35817	0,09057	19,73848	130,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	26,54226	0,50074	2,06026	2,24200	50,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	109,74400	3,97257	2,76748	15,75248	200,000
Суфле из мяса говядины 80 гр.	242,01487	17,34643	15,04122	3,29113	80,000
Картофельное пюре 130 гр	125,49426	2,58239	3,42391	19,07752	130,000
Напиток из клюквы	64,61830	0,13978	0,00000	15,06987	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,35565	1,93696	0,35217	12,26739	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,44870	1,88183	0,22287	12,40522	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	679,21804	28,36070	23,86791	80,10561	717,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,38643	4,45774	8,91548	6,09226	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	139,71613	3,76000	4,44965	17,95257	150,000
Печенье 20 гр	90,00696	2,03478	1,01739	15,02609	20,000
Итого:	355,10952	10,25252	14,38252	39,07092	320,000
Всего:	1 458,76591	49,50422	51,85321	184,63310	1 616,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок, выпечка