

16.06.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 3 от 16.06.2025, 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 ячневая на концентрир.молоке со слив.маслом	124,41000	3,39815	4,54074	15,12667	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03815	36,000
Чай с сахаром.	36,91741	0,00000	0,00000	8,85481	150,000
Итого:	276,70741	5,73815	10,39074	40,01963	336,000
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					
Зеленый горошек 25 гр	9,80741	0,71481	0,04333	1,45111	25,000
Суп крестьянский со сметаной	56,12704	0,78000	3,26778	4,93778	150,000
Котлета мясная 70 гр	148,69074	14,38074	7,43259	2,69593	70,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	127,14148	2,94926	2,80963	20,47296	130,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	27,97000	0,01704	0,00000	6,67704	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	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
Итого:	470,23667	22,34185	14,09333	58,79482	578,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,81333	4,49296	8,98556	6,14000	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	172,52370	4,30519	4,49370	25,06296	70,000
Итого:	298,33703	8,79815	13,47926	31,20296	220,000
Всего:	1 091,28111	37,37815	38,06333	140,11741	1 234,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Фрукты, овощи

16.06.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 16.06.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая на концентрис.молоке со слив.маслом	157,77855	3,79698	6,01004	18,92485	200,000
Батон с маслом 35/6 гр	124,47098	2,62017	5,95915	17,97723	41,000
Чай с сахаром.	33,12621	0,00000	0,00000	7,88766	200,000
Итого:	315,37574	6,41715	11,96919	44,78974	441,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100г	47,56596	0,51489	0,10298	10,40085	100,000
Итого:	47,56596	0,51489	0,10298	10,40085	100,000
Обед					
Зеленый горошек 25 гр	10,04085	0,72668	0,04387	1,47511	25,000
Суп крестьянский со сметаной	70,74021	0,98506	3,99370	6,46264	200,000
Котлета мясная 80 гр	167,53766	16,41136	8,34902	2,93255	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	150,67634	3,35779	3,70698	23,29204	130,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	28,59898	0,02289	0,00000	6,78949	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,37830	2,01089	0,36562	12,73566	30,000
Хлеб пшеничный 20 гр	45,77732	1,49962	0,17757	9,88570	20,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	528,74966	25,01429	16,63676	63,57319	690,000
Полдник					
Ряженка 150 г	126,26094	4,48936	8,97872	6,13549	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	200,67200	4,92749	4,54719	30,59962	70,000
Итого:	326,93294	9,41685	13,52591	36,73511	220,000
Всего:	1 218,62430	41,36318	42,23484	155,49889	1 451,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Фрукты,овощи