

18.06.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 3 от 18.06.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	№ 45 Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21500	4,30346	14,39000	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,84154	4,58654	8,16538	16,03808	45,000
Какао с молоком	86,54000	2,33308	2,40654	12,80731	150,000
Итого:	353,79154	10,13462	14,87538	43,23539	345,000
Завтрак второй					
Банан 120 гр	74,76000	1,26000	0,08385	18,31192	120,000
Итого:	74,76000	1,26000	0,08385	18,31192	120,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом.	24,37808	0,44962	1,93654	1,94962	45,000
Суп гороховый со сметаной 150 гр	89,19346	3,07462	2,68923	11,92346	150,000
Суфле из мяса говядины 70 гр.	237,41769	17,18308	15,25538	2,00923	70,000
Картофельное пюре 130 гр	123,08808	2,57269	3,26192	19,00423	130,000
Чай с сахаром.	37,02538	0,00000	0,00000	8,85462	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:	611,60269	26,78001	23,68307	66,30116	598,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,84615	0,76038	0,89769	5,91346	10,000
Запеканка творожная ..	298,87154	14,14077	18,78538	10,35346	110,000
Итого:	502,21769	19,40115	24,18307	44,76692	270,000
Всего:	1 542,37192	57,57578	62,82537	172,61539	1 333,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: сок, выпечка

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

18.06.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 18.06.2025, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 180г	155,34502	4,12919	5,23677	18,78749	180,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	149,05731	4,82955	7,34283	18,76673	49,000
Какао с молоком	112,89072	3,24507	3,28278	16,03233	200,000
Итого:	417,29305	12,20381	15,86238	53,58655	429,000
Завтрак второй					
Банан 120 гр	72,44520	1,21291	0,08085	17,62771	120,000
Итого:	72,44520	1,21291	0,08085	17,62771	120,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом 55 гр	28,09565	0,46211	2,31291	2,02395	55,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	110,02709	3,97726	2,78857	15,75996	200,000
Суфле из мяса говядины 70 гр.	238,94139	17,20448	15,30350	2,04336	70,000
Картофельное пюре 130 гр	126,80498	2,64435	3,49022	19,17821	130,000
Чай с сахаром.	49,49094	0,00000	0,00000	11,80632	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,54350	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	59,87354	1,96135	0,23229	12,92942	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	667,77709	28,22955	24,48749	76,28122	715,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	172,79372	4,56726	4,56726	28,92601	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	32,70314	0,73242	0,86466	5,69664	10,000
Запеканка творожная 120 гр	320,80924	15,38668	19,79354	11,46525	120,000
Итого:	526,30610	20,68636	25,22546	46,08790	280,000
Всего:	1 683,82144	62,33263	65,65618	193,58338	1 544,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: сок, выпечка