

26.06.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 3 от 26.06.2025, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21476	4,30333	14,39000	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	147,56286	4,71714	8,30048	16,03810	45,000
Кофейный напиток с молоком	87,94048	2,10238	2,11190	12,87667	150,000
Итого:	356,91334	10,03428	14,71571	43,30477	345,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,52857	0,42238	0,42238	12,46095	120,000
Итого:	47,52857	0,42238	0,42238	12,46095	120,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	16,72333	0,45857	1,05762	2,05238	30,000
Свекольник с мясом со сметаной ..	85,88143	4,18524	2,76381	10,75476	150,000
Суфле из печени 80 гр	155,02810	18,16810	6,66190	2,37476	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	127,10190	2,94905	2,80952	20,47286	130,000
Напиток из брусники 150 гр	48,92000	0,07524	0,00000	11,62619	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:	534,15476	29,33620	13,83285	69,84095	593,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,80000	4,49286	8,98571	6,14000	150,000
Манник (50 гр)	220,94476	5,37762	6,93048	30,46714	50,000
Итого:	346,74476	9,87048	15,91619	36,60714	200,000
Всего:	1 285,34143	49,66334	44,88713	162,21381	1 258,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Полноценный ужин (овощи в любом виде)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

26.06.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 26.06.2025, 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 пшеничная молочная с маслом сливочным 180г	170,20816	4,58849	5,36009	21,35825	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	127,34170	2,71231	5,99505	18,61505	41,000
Кофейный напиток с молоком	116,65868	2,82123	2,81599	16,94712	200,000
Итого:	414,20854	10,12203	14,17113	56,92042	421,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	45,75778	0,40448	0,40448	11,93179	120,000
Итого:	45,75778	0,40448	0,40448	11,93179	120,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	26,66500	0,49901	2,06113	2,29561	50,000
Свекольник с мясом со сметаной ..	105,31901	5,39981	3,65142	12,10868	200,000
Суфле из печени 80 гр	148,73901	16,64915	6,48401	2,67958	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	153,09189	3,42005	3,73019	23,72571	130,000
Напиток из брусники 200 гр	66,20651	0,05906	0,00000	15,71108	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,38538	1,97377	0,35887	12,50057	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	59,16651	1,93764	0,22948	12,77316	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	613,57331	29,93849	16,51510	81,79439	720,000
Полдник					
Ряженка 150 г	126,40019	4,49226	8,98453	6,13943	150,000
Манник (50 гр)	202,88052	4,43080	6,30981	28,38778	50,000
Итого:	329,28071	8,92306	15,29434	34,52721	200,000
Всего:	1 402,82034	49,38806	46,38505	185,17381	1 461,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Полноценный ужин (овощи в любом виде)