

27.06.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 3 от 27.06.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Повидло 10г	25,23810	0,04048	0,00000	6,65286	10,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,71905	4,58619	8,16571	16,03810	45,000
Запеканка творожная ..	300,83714	14,27286	18,89667	10,36048	110,000
Какао с молоком	86,54000	2,33333	2,40667	12,80714	150,000
Итого:	558,33429	21,23286	29,46905	45,85858	315,000
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 белокачанной капусты и моркови с растительным маслом.	43,44952	0,77286	3,04238	4,24571	60,000
Суп крестьянский со сметаной	71,73476	1,13000	3,33810	8,08905	150,000
Тефтели из говядины паровые.	144,67190	12,35286	7,04857	4,68524	60,000
Картофельное пюре 130 гр	122,86667	2,57286	3,26238	19,00429	130,000
Чай с сахаром.	36,99762	0,00000	0,00000	8,85476	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:	520,22047	20,32858	17,23143	67,43905	603,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 120г	138,67333	3,86905	3,79143	19,38524	120,000
Итого:	308,17333	8,36905	8,29143	47,88524	270,000
Всего:	1 434,25666	50,35287	55,41429	173,64382	1 308,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок

27.06.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 27.06.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Повидло 10г	25,76355	0,04123	0,00000	6,80103	10,000
Запеканка творожная 120 гр	316,29764	15,13015	19,48271	11,39005	120,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	148,33468	4,81685	7,35335	18,51123	49,000
Какао с молоком	113,82749	3,29813	3,31867	16,10320	200,000
Итого:	604,22336	23,28636	30,15473	52,80551	379,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,78645	0,42241	0,42241	12,46079	120,000
Итого:	47,78645	0,42241	0,42241	12,46079	120,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом.	45,94108	0,99754	3,05241	4,76645	60,000
Суп крестьянский со сметаной	81,03975	1,38837	3,18567	10,34350	200,000
Тефтели из говядины паровые.	174,21719	14,59094	8,49744	5,68064	80,000
Картофельное пюре 130 гр	124,66365	2,54039	3,37901	19,00931	130,000
Чай с сахаром.	49,51271	0,00000	0,00000	11,80635	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	52,33842	1,89872	0,34522	12,02522	30,000
Хлеб пшеничный 20 гр	47,74759	1,56345	0,18512	10,30631	20,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	575,46039	22,97941	18,64487	73,93778	725,000
Полдник					
Биойогурт 160 г	182,85961	4,83103	4,83103	30,59655	160,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	146,62522	3,97148	4,50645	19,18640	150,000
Итого:	329,48483	8,80251	9,33748	49,78295	310,000
Всего:	1 556,95503	55,49069	58,55949	188,98703	1 534,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок