

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

08.08.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 08.08.2025, 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	25,17857	0,04000	0,00000	6,65286	10,000
Запеканка творожная ..	300,57429	14,27286	18,89571	10,36143	110,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03786	36,000
Кофейный напиток с молоком	87,85000	2,10286	2,11214	12,87714	150,000
Итого:	528,98286	18,75572	26,85785	45,92929	306,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	39,60000	0,35214	0,35214	10,38429	100,000
Итого:	39,60000	0,35214	0,35214	10,38429	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 4гр.	62,37357	0,85286	2,77714	7,13071	45,000
Суп-лапша на курином бульоне 0,180	78,43500	1,43143	2,78643	10,74214	150,000
Суфле из мяса говядины 70 гр.	238,21786	17,23643	15,30000	2,01214	70,000
Свекла тушеная в сметанном соусе 100г	71,88000	1,68429	2,43857	11,67214	100,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36643	0,02000	13,26571	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:	609,22143	25,07144	23,86214	67,38284	568,000
Полдник					
Бийогурт 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 120г	133,45000	3,53071	3,36786	19,90857	120,000
Итого:	302,95000	8,03071	7,86786	48,40857	270,000
Всего:	1 480,75429	52,21001	58,93999	172,10499	1 244,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

08.08.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 08.08.2025, 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	24,04545	0,03848	0,00000	6,34752	10,000
Батон с маслом 35/6 гр	128,89745	2,75770	6,01273	18,92915	41,000
Запеканка творожная 120 гр	297,31370	14,00000	18,12618	11,19897	120,000
Кофейный напиток с молоком	116,99848	2,82891	2,81600	16,98218	200,000
Итого:	567,25508	19,62509	26,95491	53,45782	371,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	40,11273	0,35412	0,35412	10,44691	100,000
Итого:	40,11273	0,35412	0,35412	10,44691	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 60гр.	95,26776	1,41630	3,75085	11,95885	60,000
Суп-лапша на курином бульоне 0,200	89,78758	1,57994	3,11891	12,33503	200,000
Свекла тушеная в сметанном соусе 130г	84,51636	1,91370	3,02618	13,17982	130,000
Суфле из мяса говядины 80 гр.	273,77994	19,67909	17,45806	2,47491	80,000
Компот из сухофруктов.	74,80515	0,48879	0,02642	17,03297	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,72606	2,02000	0,36727	12,79333	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,73000	1,92073	0,22745	12,66164	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	732,61285	29,01855	27,97514	82,43655	730,000
Полдник					
Биойогурт 160 г	180,80000	4,77091	4,77091	30,21576	160,000
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150г	162,82255	4,30509	4,26570	23,75376	150,000
Итого:	343,62255	9,07600	9,03661	53,96952	310,000
Всего:	1 683,60321	58,07376	64,32078	200,31080	1 511,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок.