

12.08.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 12.08.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21450	4,30300	14,39000	150,000
Сыр 7 гр	22,70400	1,67450	1,72600	0,00000	7,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Какао с молоком	86,54000	2,33300	2,40700	12,80750	150,000
Итого:	301,15400	9,53200	9,33600	43,18750	337,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 120 г	55,20000	0,60000	0,12000	12,12000	120,000
Итого:	55,20000	0,60000	0,12000	12,12000	120,000
Обед					
Суп гороховый с курой со сметаной 150 гр	152,39100	7,92250	6,82450	12,02000	150,000
Биточки рыбные (минтай) 70 гр	110,58100	9,71150	4,14250	6,36400	70,000
Рагу из овощей	59,17600	1,37500	2,10050	8,42600	120,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36650	0,02000	13,26600	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:	480,46300	22,87550	13,62750	62,63600	543,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,29250	3,89400	4,79250	16,32400	150,000
Плюшка с маком	190,96150	4,22550	4,40200	29,72950	60,000
Итого:	315,25400	8,11950	9,19450	46,05350	210,000
Всего:	1 152,07100	41,12700	32,27800	163,99700	1 210,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Фрукты, полноценный ужин.

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

12.08.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 12.08.2025, 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	154,26797	4,08824	5,22577	18,55791	180,000
Батон 35 гр	82,63736	2,69291	1,04918	18,64038	35,000
Сыр 9 гр	29,55253	2,16989	2,23665	0,00000	9,000
Какао с молоком	112,10637	3,20077	3,23890	15,96297	200,000
Итого:	378,56423	12,15181	11,75050	53,16126	424,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 110 г	50,54945	0,54643	0,10929	11,03786	110,000
Итого:	50,54945	0,54643	0,10929	11,03786	110,000
Обед					
Суп гороховый с курой со сметаной.	153,90516	7,29170	6,27879	14,22236	200,000
Биточки рыбные (минтай) 90 гр	144,23187	12,17676	5,85126	7,25203	90,000
Рагу из овощей	94,10231	2,15907	3,68473	12,61060	150,000
Компот из сухофруктов.	74,96967	0,48879	0,02637	17,08253	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,70330	1,94736	0,35407	12,33330	30,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,45385	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	567,36616	25,58368	16,37522	73,52082	695,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,27654	3,87071	4,76396	16,22725	150,000
Плюшка с маком	284,56978	6,23005	6,75049	43,52143	90,000
Итого:	408,84632	10,10076	11,51445	59,74868	240,000
Всего:	1 405,32616	48,38268	39,74946	197,46862	1 469,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Фрукты, полноценный ужин.