

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

14.08.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 14.08.2025, 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 ячневая молочная с маслом сливочным 150г	134,01000	3,47333	4,09625	18,36208	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,74000	4,58625	8,16542	16,03792	45,000
Кофейный напиток с молоком	87,85000	2,10292	2,11208	12,87667	150,000
Итого:	367,60000	10,16250	14,37375	47,27667	345,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,51250	0,42250	0,42250	12,46083	120,000
Итого:	47,51250	0,42250	0,42250	12,46083	120,000
Обед					
Салат из помидоров и огурцов с зеленью.	19,53417	0,49708	1,20667	2,19375	45,000
Суп-лапша на курином бульоне 0,180	75,57458	1,34750	2,77875	10,15708	150,000
Суфле из мяса кур паровое 70 гр	236,66208	12,19917	16,60958	3,61750	70,000
Картофельное пюре 130 гр	147,90333	3,15958	3,37208	24,14458	130,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36667	0,02000	13,26583	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:	637,98916	21,07000	24,52708	75,93874	598,000
Полдник					
Запеканка морковная (вариант 2)	85,26042	2,24000	3,74833	12,78167	80,000
Биокефир 150 г	84,00000	4,20000	4,80000	6,00000	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,73333	0,76042	0,89750	5,91375	10,000
Печенье 20 гр	91,60000	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	294,59375	9,28042	10,48583	40,05542	260,000
Всего:	1 347,69541	40,93542	49,80916	175,73166	1 323,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

14.08.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 14.08.2025, 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 ячневая молочная с маслом сливочным 180г	164,89844	4,25367	4,92611	22,62889	180,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	148,10867	4,78950	7,32322	18,53217	49,000
Кофейный напиток с молоком	115,95444	2,80539	2,81600	16,87461	200,000
Итого:	428,96155	11,84856	15,06533	58,03567	429,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,82000	0,42239	0,42239	12,46078	120,000
Итого:	47,82000	0,42239	0,42239	12,46078	120,000
Обед					
Салат из помидоров и огурцов с зеленью.	24,09211	0,57700	1,53867	2,53544	60,000
Суп-лапша на курином бульоне 0,200	91,23461	1,90694	2,17617	14,65000	200,000
Суфле из мяса кур паровое 80 гр	269,94694	13,64394	18,65656	4,57522	80,000
Картофельное пюре 130 гр	131,69478	2,72261	3,42539	20,50572	130,000
Компот из сухофруктов.	74,97422	0,48878	0,02639	17,08250	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,09333	1,92500	0,35000	12,19167	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,04417	1,86622	0,22100	12,30233	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	702,08016	23,13049	26,39418	83,84288	730,000
Полдник					
Биокефир 150 г	84,39200	4,19539	4,79472	5,99339	150,000
Запеканка морковная (вариант 2)	112,41450	3,01472	4,50500	17,99939	100,000
Сгущенное молоко 10 гр	34,41778	0,76994	0,90894	5,98828	10,000
Печенье 20 гр	92,10889	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	323,33317	10,06005	11,24866	45,34106	280,000
Всего:	1 502,19488	45,46149	53,13056	199,68039	1 559,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок.