

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

18.08.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 18.08.2025, 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 манная молочная с маслом сливочным 150г	118,41000	3,04522	3,99957	15,31783	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03783	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,64522	0,98696	1,05609	8,41522	150,000
Итого:	284,43522	6,37218	10,90566	39,77088	336,000
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					
Зеленый горошек 25 гр	9,80870	0,71478	0,04304	1,45087	25,000
Свекольник вегетарианский со сметаной	78,63565	1,35783	3,33435	10,33826	150,000
Запеканка картофельная с отварным мясом .	242,17739	15,67478	14,34174	21,37739	180,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	27,97000	0,01696	0,00000	6,67696	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:	459,09174	21,26435	18,25913	62,40348	558,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,28348	3,89391	4,79217	16,32391	150,000
Булочка дорожная, 50 г	153,11826	4,20826	3,30739	27,08435	50,000
Итого:	277,40174	8,10217	8,09956	43,40826	200,000
Всего:	1 076,12870	36,33870	37,38435	157,70262	1 214,000

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

18.08.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 18.08.2025, 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 манная молочная с маслом сливочным 180г	149,47197	3,85180	4,83842	19,62661	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	126,15530	2,67033	5,97869	18,32437	41,000
Чай с молоком 180гр	87,68656	2,36880	2,53443	12,02290	180,000
Итого:	363,31383	8,89093	13,35154	49,97388	401,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 120 г	55,90383	0,60437	0,12087	12,20831	120,000
Итого:	55,90383	0,60437	0,12087	12,20831	120,000
Обед					
Зеленый горошек 25 гр	9,63934	0,69607	0,04202	1,41290	25,000
Свекольник вегетарианский со сметаной	101,66448	1,82792	3,94699	14,25087	200,000
Запеканка картофельная с отварным мясом.	319,41148	16,40579	14,76508	23,42055	180,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	26,60295	0,01508	0,00000	6,31470	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	52,51967	1,90426	0,34623	12,06033	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	55,41475	1,81279	0,21470	11,95011	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	565,25267	22,66191	19,31502	69,40946	665,000
Полдник					
Снежок 150 г	123,73803	3,85393	4,74328	16,15689	150,000
Булочка дорожная, 50 г	159,70672	4,65410	3,70913	27,11082	50,000
Итого:	283,44475	8,50803	8,45241	43,26771	200,000
Всего:	1 267,91508	40,66524	41,23984	174,85936	1 386,000

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