



АСАТОВА Г.Р.

21.08.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 21.08.2025, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21500	4,30278	14,38944	150,000
Батон с маслом, сыром 35/5/6 гр	140,77000	4,27500	6,77778	18,69500	46,000
Какао с молоком	86,54000	2,33278	2,40667	12,80722	150,000
Итого:	348,72000	9,82278	13,48723	45,89166	346,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,52500	0,42222	0,42222	12,46056	120,000
Итого:	47,52500	0,42222	0,42222	12,46056	120,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы, моркови и зелени с растител. маслом 45гр.	65,62722	1,00722	2,79444	7,93722	45,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	110,63944	3,99389	2,88111	15,78222	200,000
Котлета из мяса кури.	103,40222	14,60667	2,70722	3,11944	60,000
Свекла, тушенная 150г.	105,13500	2,47000	3,20667	18,49278	120,000
Компот из кураги и изюма 150 гр	47,02000	0,23389	0,00000	11,48556	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:	532,32388	25,81167	12,12944	79,37722	628,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,31556	3,89389	4,79222	16,32389	150,000
Манник (50 гр)	199,51167	4,00722	5,88778	29,33944	50,000
Итого:	323,82723	7,90111	10,68000	45,66333	200,000
Всего:	1 252,39611	43,95778	36,71889	183,39277	1 294,000

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

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

21.08.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 21.08.2025, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 180г	153,86746	4,07630	5,22254	18,49144	180,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	146,85691	4,66801	7,18293	18,69503	49,000
Какао с молоком	112,76420	3,23260	3,27094	16,01320	200,000
Итого:	413,48857	11,97691	15,67641	53,19967	429,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,81934	0,42238	0,42238	12,46077	120,000
Итого:	47,81934	0,42238	0,42238	12,46077	120,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, моркови кукурузы и зелени с растител. маслом 60гр.	88,21470	1,33845	3,72011	10,69823	60,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	112,32265	4,01354	2,97878	15,81122	200,000
Котлета из мяса куры	133,48260	17,13812	4,15856	4,01000	80,000
Свекла, тушенная 150г.	124,57641	2,94475	3,73762	22,04155	150,000
Компот из кураги и изюма 180 гр	65,68950	0,28088	0,00000	15,93343	180,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,60000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,06906	1,90000	0,22503	12,52503	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	636,95492	29,59574	15,18010	93,55946	730,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,13773	3,86619	4,75840	16,20823	150,000
Манник (50 гр)	198,14227	4,19155	6,14807	27,84354	50,000
Итого:	322,28000	8,05774	10,90647	44,05177	200,000
Всего:	1 420,54283	50,05277	42,18536	203,27167	1 479,000

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