

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

27.08.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 27.08.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	106,57765	3,55529	4,48647	11,32059	150,000
Сыр 7 гр	22,56941	1,67412	1,72588	0,00000	7,000
Батон с маслом 30/6 гр	119,27588	2,45412	5,94294	16,82235	36,000
Чай с сахаром.	37,00824	0,00000	0,00000	8,85471	150,000
Итого:	285,43118	7,68353	12,15529	36,99765	343,000
Завтрак второй					
Банан 120 гр	74,76000	1,26000	0,08412	18,31176	120,000
Итого:	74,76000	1,26000	0,08412	18,31176	120,000
Обед					
Салат из помидоров и огурцов с зеленью.	19,43706	0,49765	1,20706	2,19412	45,000
Щи на курином бульоне со сметаной.	50,73941	1,25118	2,28882	5,97706	150,000
Плов из мяса кур 180 гр	351,05353	14,70647	15,53235	27,49235	180,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	89,53000	0,00000	0,00000	20,67294	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:	611,26000	19,95530	19,56823	78,89647	578,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,30471	3,89353	4,79235	16,32412	150,000
Запеканка морковная (вариант 2)	92,70353	2,46882	3,70647	15,07882	80,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,88235	0,76059	0,89765	5,91353	10,000
Печенье 20 гр	91,60000	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	342,49059	9,20294	10,43647	52,67647	260,000
Всего:	1 313,94177	38,10177	42,24411	186,88235	1 301,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок, овощи в любом виде

27.08.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 27.08.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	146,40096	4,77421	6,22685	15,32348	200,000
Сыр 9 гр	30,59236	2,24685	2,31601	0,00000	9,000
Батон с маслом 35/6 гр	130,48466	2,81152	6,03371	19,30185	41,000
Чай с сахаром.	49,54680	0,00000	0,00000	11,80635	200,000
Итого:	357,02478	9,83258	14,57657	46,43168	450,000
Завтрак второй					
Банан 120 гр	77,04000	1,28831	0,08590	18,72348	120,000
Итого:	77,04000	1,28831	0,08590	18,72348	120,000
Обед					
Салат из помидоров и огурцов с зеленью.	25,94236	0,64978	1,60000	2,86640	60,000
Щи на курином бульоне со сметаной.	62,10051	1,61742	2,54534	7,95511	200,000
Плов из мяса кур 180 гр	346,51888	14,69421	15,52084	26,13197	180,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	106,62197	0,00000	0,00000	24,41522	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,82528	2,02449	0,36809	12,82180	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,52865	1,91494	0,22680	12,62354	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	655,53765	20,90084	20,26107	86,81404	700,000
Полдник					
Запеканка морковная (вариант 2)	118,66534	3,11770	5,09910	18,22056	100,000
Снежок 160 г	131,40579	4,09191	5,03618	17,15449	160,000
Сгущенное молоко 10 гр	36,13483	0,80848	0,95444	6,28809	10,000
Печенье 20 гр	92,11461	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	378,32057	10,09809	12,12972	57,02314	290,000
Всего:	1 467,92300	42,11982	47,05326	208,99234	1 560,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок, овощи в любом виде