

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

29.08.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 29.08.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Повидло 10г	25,25000	0,04050	0,00000	6,65300	10,000
Запеканка творожная ..	297,89750	14,06700	18,72250	10,34900	110,000
Батон с маслом 35/6 гр	127,13000	2,72500	6,00000	18,70300	35,000
Какао с молоком	86,54000	2,33300	2,40700	12,80750	150,000
Итого:	536,81750	19,16550	27,12950	48,51250	305,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,52000	0,42250	0,42250	12,46100	120,000
Итого:	47,52000	0,42250	0,42250	12,46100	120,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом 45гр.	70,37650	1,25200	4,46800	4,67950	45,000
Свекольник с мясом кури со сметаной .	125,62150	4,76900	6,06450	11,72000	150,000
Запеканка из рыбы с морковью	137,01000	10,01250	5,76700	8,54750	150,000
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:	491,32300	19,90000	16,85950	60,77300	548,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 120г	107,56800	2,89650	3,52950	13,70950	120,000
Итого:	277,06800	7,39650	8,02950	42,20950	270,000
Всего:	1 352,72850	46,88450	52,44100	163,95600	1 243,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок.

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

29.08.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 29.08.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Повидло 10г	30,37572	0,04861	0,00000	8,02069	10,000
Запеканка творожная 120 гр	313,40514	14,97590	19,24665	11,38023	120,000
Батон с маслом 35/6 гр	125,96312	2,66272	5,97572	18,27168	41,000
Какао с молоком	112,87827	3,24087	3,27214	16,02098	200,000
Итого:	582,62225	20,92810	28,49451	53,69358	371,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	51,08150	0,45127	0,45127	13,31312	120,000
Итого:	51,08150	0,45127	0,45127	13,31312	120,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом 60гр.	77,10936	1,74289	4,26630	6,21266	60,000
Свекольник с мясом кури со сметаной .	159,29699	5,65173	7,75723	14,74850	200,000
Запеканка из рыбы с морковью	157,08382	10,98335	6,90220	8,64312	200,000
Компот из сухофруктов.	74,99098	0,48879	0,02642	17,08249	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	56,49711	2,04867	0,37249	12,97491	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,75145	1,92197	0,22763	12,66983	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	583,72971	22,83740	19,55227	72,33151	820,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,82659	4,48266	4,48266	28,39017	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	139,23197	3,73653	4,44335	17,82104	150,000
Итого:	309,05856	8,21919	8,92601	46,21121	300,000
Всего:	1 526,49202	52,43596	57,42406	185,54942	1 611,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок