

28.08.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 28.08.2025, 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	166,41000	4,41300	4,21050	24,88650	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,82800	4,58650	8,16550	16,03800	45,000
Какао с молоком	86,54000	2,33300	2,40700	12,80750	150,000
Итого:	398,77800	11,33250	14,78300	53,73200	345,000
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 помидоров и огурцов с зеленью.	19,75950	0,49750	1,20650	2,19350	45,000
Суп крестьянский со сметаной	72,96700	1,17500	3,34200	8,39650	150,000
Жаркое по - домашнему 180г	267,80700	18,02600	17,78700	20,41050	180,000
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:	518,84850	23,56500	22,89550	66,82650	578,000
Полдник					
Биокефир 150 г	84,00000	4,20000	4,80000	6,00000	150,000
Манник (50 гр)	227,90450	5,51000	6,84750	32,23500	50,000
Итого:	311,90450	9,71000	11,64750	38,23500	200,000
Всего:	1 277,05100	45,03000	49,74850	171,25450	1 243,000

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

28.08.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 28.08.2025, 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	200,82023	5,29595	5,05295	29,86393	180,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	149,66139	4,87283	7,39405	18,69503	49,000
Какао с молоком	112,59827	3,21855	3,26480	15,99688	200,000
Итого:	463,07989	13,38733	15,71180	64,55584	429,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,83266	0,42243	0,42243	12,46081	120,000
Итого:	47,83266	0,42243	0,42243	12,46081	120,000
Обед					
Салат из помидоров и огурцов с зеленью.	25,98283	0,65064	1,60069	2,87462	60,000
Суп крестьянский со сметаной	93,61798	1,51676	4,11127	11,09676	200,000
Жаркое по - домашнему 180г	269,51289	18,02578	17,78780	20,41052	180,000
Компот из сухофруктов.	74,99098	0,48879	0,02642	17,08249	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,61387	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,08382	1,90000	0,22503	12,52503	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	576,80237	24,56197	24,11121	76,52942	700,000
Полдник					
Биокефир 150 г	84,50497	4,20000	4,80000	6,00000	150,000
Манник (50 гр)	229,98983	5,56919	6,89798	32,23775	50,000
Итого:	314,49480	9,76919	11,69798	38,23775	200,000
Всего:	1 402,20972	48,14092	51,94342	191,78382	1 449,000

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