

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

15.09.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 15.09.2025, 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	3,04538	3,99923	15,31769	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03769	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,71846	0,98692	1,05615	8,41538	150,000
Итого:	284,50846	6,37230	10,90538	39,77076	336,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	39,60000	0,35231	0,35231	10,38385	100,000
Итого:	39,60000	0,35231	0,35231	10,38385	100,000
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	29,40000	0,70538	0,13231	5,59615	30,000
Суп крестьянский со сметаной	74,47154	1,27846	3,43923	8,06692	150,000
Суфле из мяса говядины 80 гр.	270,39385	19,58308	17,38923	2,29308	80,000
Картофельное пюре 130 гр	122,80846	2,57308	3,26231	19,00462	130,000
Компот из сухофруктов.	57,89769	0,36692	0,02000	13,26615	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:	655,47154	28,00692	24,78308	70,78692	593,000
Полдник					
Биокефир 150 г	84,00000	4,20000	4,80000	6,00000	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,72308	0,76000	0,89769	5,91385	10,000
Сырники из творога 100	315,85077	13,60692	16,48615	20,32615	100,000
Итого:	433,57385	18,56692	22,18384	32,24000	260,000
Всего:	1 413,15385	53,29845	58,22461	153,18153	1 289,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

15.09.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 15.09.2025, 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	144,45795	3,70426	4,80403	18,72364	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	127,57721	2,72353	5,99942	18,69267	41,000
Чай с молоком 180гр	87,54802	2,36880	2,53442	12,02291	180,000
Итого:	359,58318	8,79659	13,33787	49,43922	401,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	39,77442	0,35202	0,35202	10,38399	100,000
Итого:	39,77442	0,35202	0,35202	10,38399	100,000
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	28,90620	0,69043	0,12926	5,48081	30,000
Суп крестьянский со сметаной	82,20822	1,35411	4,05702	8,19690	200,000
Суфле из мяса говядины 80 гр.	273,58450	19,49465	17,26733	3,18752	80,000
Картофельное пюре 130 гр	122,53899	2,52752	3,42233	18,52609	130,000
Компот из сухофруктов.	73,00430	0,47593	0,02570	16,66112	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,38798	1,93907	0,35256	12,28078	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,55581	1,91915	0,22729	12,65124	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	692,18600	28,40086	25,48149	76,98446	700,000
Полдник					
Биокефир 150 г	84,33860	4,20000	4,80000	6,00000	150,000
Сырники из творога 100	308,84442	13,44620	16,59078	18,34221	100,000
Сгущенное молоко 10 гр	34,50543	0,77318	0,91279	6,01360	10,000
Итого:	427,68845	18,41938	22,30357	30,35581	260,000
Всего:	1 519,23205	55,96885	61,47495	167,16348	1 461,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок.