

17.09.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 17.09.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	145,80912	4,75049	6,19961	15,29507	200,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	150,29044	4,86244	7,34961	19,05902	49,000
Чай с сахаром.	49,51034	0,00000	0,00000	11,80634	200,000
Итого:	345,60990	9,61293	13,54922	46,16043	449,000
Завтрак второй					
Банан 170 гр	105,06776	1,75839	0,11722	25,55493	170,000
Итого:	105,06776	1,75839	0,11722	25,55493	170,000
Обед					
Салат из помидоров и огурцов с зеленью.	25,12854	0,59595	1,55093	2,79200	60,000
Суп крестьянский со сметаной	83,69693	1,30288	3,93356	9,38512	200,000
Запеканка картофельная с отварным мясом.	348,20117	21,01420	14,06263	27,25200	180,000
Компот из сухофруктов.	74,86824	0,48878	0,02639	17,06922	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	61,80488	2,24400	0,40800	14,21200	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	65,63780	2,15024	0,25463	14,17463	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	659,33756	27,79605	20,23614	84,88497	700,000
Полдник					
Снежок 150 г	126,34624	3,93810	4,84688	16,50966	150,000
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150г	134,40307	3,45956	4,09473	18,27980	150,000
Печенье 25 гр	115,05854	2,60000	1,30000	19,20000	25,000
Итого:	375,80785	9,99766	10,24161	53,98946	325,000
Всего:	1 485,82307	49,16503	44,14419	210,58979	1 644,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок, овощи