

АСАТОВА Г.Р.

## Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 25.09.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100, 101, 102, 103, 104, 105, 106, 107, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 114, 115, 116, 117, 118, 119, 120, 121, 122, 123, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 131, 132, 133, 134, 135, 136, 137, 138, 139, 140, 141, 142, 143, 144, 145, 146, 147, 148, 149, 150, 151, 152, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 159, 160, 161, 162, 163, 164, 165, 166, 167, 168, 169, 170, 171, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 178, 179, 180, 181, 182, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 189, 190, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200, 201, 202, 203, 204, 205, 206, 207, 208, 209, 210, 211, 212, 213, 214, 215, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 222, 223, 224, 225, 226, 227, 228, 229, 230, 231, 232, 233, 234, 235, 236, 237, 238, 239, 240, 241, 242, 243, 244, 245, 246, 247, 248, 249, 250, 251, 252, 253, 254, 255, 256, 257, 258, 259, 260, 261, 262, 263, 264, 265, 266, 267, 268, 269, 270, 271, 272, 273, 274, 275, 276, 277, 278, 279, 280, 281, 282, 283, 284, 285, 286, 287, 288, 289, 290, 291, 292, 293, 294, 295, 296, 297, 298, 299, 300, 301, 302, 303, 304, 305, 306, 307, 308, 309, 310, 311, 312, 313, 314, 315, 316, 317, 318, 319, 320, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 331, 332, 333, 334, 335, 336, 337, 338, 339, 340, 341, 342, 343, 344, 345, 346, 347, 348, 349, 350, 351, 352, 353, 354, 355, 356, 357, 358, 359, 360, 361, 362, 363, 364, 365, 366, 367, 368, 369, 370, 371, 372, 373, 374, 375, 376, 377, 378, 379, 380, 381, 382, 383, 384, 385, 386, 387, 388, 389, 390, 391, 392, 393, 394, 395, 396, 397, 398, 399, 400, 401, 402, 403, 404, 405, 406, 407, 408, 409, 410, 411, 412, 413, 414, 415, 416, 417, 418, 419, 420, 421, 422, 423, 424, 425, 426, 427, 428, 429, 430, 431, 432, 433, 434, 435, 436, 437, 438, 439, 440, 441, 442, 443, 444, 445, 446, 447, 448, 449, 450, 451, 452, 453, 454, 455, 456, 457, 458, 459, 460, 461, 462, 463, 464, 465, 466, 467, 468, 469, 470, 471, 472, 473, 474, 475, 476, 477, 478, 479, 480, 481, 482, 483, 484, 485, 486, 487, 488, 489, 490, 491, 492, 493, 494, 495, 496, 497, 498, 499, 500, 501, 502, 503, 504, 505, 506, 507, 508, 509, 510, 511, 512, 513, 514, 515, 516, 517, 518, 519, 520, 521, 522, 523, 524, 525, 526, 527, 528, 529, 530, 531, 532, 533, 534, 535, 536, 537, 538, 539, 540, 541, 542, 543, 544, 545, 546, 547, 548, 549, 550, 551, 552, 553, 554, 555, 556, 557, 558, 559, 560, 561, 562, 563, 564, 565, 566, 567, 568, 569, 570, 571, 572, 573, 574, 575, 576, 577, 578, 579, 580, 581, 582, 583, 584, 585, 586, 587, 588, 589, 590, 591, 592, 593, 594, 595, 596, 597, 598, 599, 600, 601, 602, 603, 604, 605, 606, 607, 608, 609, 610, 611, 612, 613, 614, 615, 616, 617, 618, 619, 620, 621, 622, 623, 624, 625, 626, 627, 628, 629, 630, 631, 632, 633, 634, 635, 636, 637, 638, 639, 640, 641, 642, 643, 644, 645, 646, 647, 648, 649, 650, 651, 652, 653, 654, 655, 656, 657, 658, 659, 660, 661, 662, 663, 664, 665, 666, 667, 668, 669, 670, 671, 672, 673, 674, 675, 676, 677, 678, 679, 680, 681, 682, 683, 684, 685, 686, 687, 688, 689, 690, 691, 692, 693, 694, 695, 696, 697, 698, 699, 700, 701, 702, 703, 704, 705, 706, 707, 708, 709, 710, 711, 712, 713, 714, 715, 716, 717, 718, 719, 720, 721, 722, 723, 724, 725, 726, 727, 728, 729, 730, 731, 732, 733, 734, 735, 736, 737, 738, 739, 740, 741, 742, 743, 744, 745, 746, 747, 748, 749, 750, 751, 752, 753, 754, 755, 756, 757, 758, 759, 760, 761, 762, 763, 764, 765, 766, 767, 768, 769, 770, 771, 772, 773, 774, 775, 776, 777, 778, 779, 780, 781, 782, 783, 784, 785, 786, 787, 788, 789, 790, 791, 792, 793, 794, 795, 796, 797, 798, 799, 800, 801, 802, 803, 804, 805, 806, 807, 808, 809, 810, 811, 812, 813, 814, 815, 816, 817, 818, 819, 820, 821, 822, 823, 824, 825, 826, 827, 828, 829, 830, 831, 832, 833, 834, 835, 836, 837, 838, 839, 840, 841, 842, 843, 844, 845, 846,

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

25.09.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 25.09.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10, 5 ч

| Блюдо                                                           | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г        | Жиры, г         | Углеводы, г      | Выход блюда, г   |
|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                                                  |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша из гречи и риса молочная<br>("Дружба 2") со сливоч. маслом | 195,05773                        | 5,48603         | 7,88169         | 23,58293         | 200,000          |
| Батон с маслом 35/6 гр                                          | 127,12124                        | 2,70752         | 5,99318         | 18,58190         | 41,000           |
| Какао с молоком                                                 | 112,47186                        | 3,22231         | 3,26736         | 16,00190         | 200,000          |
| <b>Итого:</b>                                                   | <b>434,65083</b>                 | <b>11,41586</b> | <b>17,14223</b> | <b>58,16673</b>  | <b>441,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</b>                                           |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Яблоко 120 гр                                                   | 47,80785                         | 0,42298         | 0,42298         | 12,47798         | 120,000          |
| <b>Итого:</b>                                                   | <b>47,80785</b>                  | <b>0,42298</b>  | <b>0,42298</b>  | <b>12,47798</b>  | <b>120,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                                     |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат картофельный с огурцом 50 гр                              | 43,23405                         | 0,82417         | 1,59074         | 6,02236          | 50,000           |
| Рассольник "Ленинградский" со<br>сметаной                       | 93,78070                         | 1,84384         | 2,97979         | 13,50248         | 200,000          |
| Котлета мясная 80 гр                                            | 171,05884                        | 16,31264        | 8,75475         | 2,89289          | 80,000           |
| Свекла, тушенная со сметаной                                    | 116,47004                        | 2,17463         | 5,60116         | 15,07731         | 150,000          |
| Компот из сухофруктов.                                          | 73,58045                         | 0,47161         | 0,02545         | 16,80153         | 200,000          |
| Хлеб ржаной 30 гр.                                              | 53,85124                         | 1,95545         | 0,35554         | 12,38455         | 30,000           |
| Хлеб пшеничный 25 гр                                            | 57,17727                         | 1,87331         | 0,22186         | 12,34905         | 25,000           |
| Соль                                                            | 0,00000                          | 0,00000         | 0,00000         | 0,00000          | 5,000            |
| <b>Итого:</b>                                                   | <b>609,15259</b>                 | <b>25,45565</b> | <b>19,52929</b> | <b>79,03017</b>  | <b>740,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                                  |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Снежок 150 г                                                    | 124,94244                        | 3,89707         | 4,79636         | 16,33769         | 150,000          |
| Повидло 10г                                                     | 22,75826                         | 0,03640         | 0,00000         | 6,00872          | 10,000           |
| Запеканка творожная 120 гр                                      | 318,30107                        | 15,24979        | 19,62413        | 11,44690         | 120,000          |
| <b>Итого:</b>                                                   | <b>466,00177</b>                 | <b>19,18326</b> | <b>24,42049</b> | <b>33,79331</b>  | <b>280,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                                   | <b>1 557,61304</b>               | <b>56,47775</b> | <b>61,51499</b> | <b>183,46819</b> | <b>1 581,000</b> |

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок