

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

13.10.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 13.10.2025, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 150г	138,81000	3,75533	4,44800	17,41600	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03800	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,69600	0,98733	1,05600	8,41533	150,000
Итого:	304,88600	7,08266	11,35400	41,86933	336,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	49,06667	0,53333	0,10667	10,77333	100,000
Итого:	49,06667	0,53333	0,10667	10,77333	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, морск. капусты и репчат. лука с растит. маслом 40гр.	58,10667	0,59800	3,41867	4,94533	40,000
Щи вегетарианские со сметаной	58,23000	1,11933	3,25533	5,51133	150,000
Суфле из мяса говядины 80 гр.	240,56267	17,00533	15,38333	2,44133	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	127,03067	2,94867	2,81000	20,47333	130,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	89,53000	0,00000	0,00000	20,67333	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:	673,96001	25,17133	25,40733	76,60465	603,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,77600	4,49267	8,98533	6,14000	150,000
Сырники из творога 100	319,39333	13,87733	16,71400	20,34200	100,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,70667	0,76000	0,89733	5,91333	10,000
Итого:	478,87600	19,13000	26,59666	32,39533	260,000
Всего:	1 506,78868	51,91732	63,46466	161,64264	1 299,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин, фрукт

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

13.10.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 13.10.2025, 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 пшеничная молочная с маслом сливочным 180г	157,93614	4,21450	5,25968	19,26479	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	126,45100	2,68789	5,98554	18,44604	41,000
Чай с молоком 180гр	87,52146	2,36879	2,53439	12,02289	180,000
Итого:	371,90860	9,27118	13,77961	49,73372	401,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,49821	0,09964	10,06393	100,000
Итого:	46,00000	0,49821	0,09964	10,06393	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, морск. капусты и репчат. лука с растит. маслом 60гр.	82,44918	0,77818	5,10993	6,39800	60,000
Щи вегетарианские со сметаной	78,06321	1,52739	3,97596	8,25282	200,000
Суфле из мяса говядины 80 гр.	241,23339	16,96468	15,35571	2,47411	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	154,01429	3,42636	3,82443	23,76646	130,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	113,33154	0,00000	0,00000	25,97725	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,26964	2,00829	0,36514	12,71914	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,54375	1,88643	0,22339	12,43554	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	781,90500	26,59133	28,85456	92,02332	730,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,76000	4,47471	8,94939	6,11543	150,000
Сырники из творога 100	317,37232	13,66546	16,50836	20,31375	100,000
Сгущенное молоко 10 гр	31,54286	0,70700	0,83464	5,49889	10,000
Итого:	474,67518	18,84717	26,29239	31,92807	260,000
Всего:	1 674,48878	55,20789	69,02620	183,74904	1 491,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин, фрукт

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.

(расшифровка подписи)