

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

14.10.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 14.10.2025, 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 из гречи и геркулеса молочная ("Дружба 3") со сливоч. маслом	143,86000	4,49000	5,73833	18,04583	150,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Сыр 7 гр	22,58667	1,67417	1,72583	0,00000	7,000
Кофейный напиток с молоком	87,85000	2,10250	2,11167	12,87583	150,000
Итого:	324,79667	10,57667	10,47583	46,91166	337,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из помидоров и огурцов с зеленью.	19,72500	0,48750	1,20750	2,15667	45,000
Свекольник с мясом со сметаной ..	104,58500	4,04500	4,36500	11,28667	150,000
Рыба с овощами в омлете 140 гр.	172,49500	12,33000	10,34917	3,64917	140,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36667	0,02000	13,26583	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:	455,12000	20,72917	16,48167	52,91834	538,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,29250	3,89417	4,79250	16,32417	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	247,29917	6,59083	4,78833	39,41833	70,000
Итого:	371,59167	10,48500	9,58083	55,74250	220,000
Всего:	1 197,50834	42,29084	36,63833	165,67250	1 195,000

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

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)



АСАТОВА Г.Р.

14.10.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 14.10.2025, 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 из гречи и геркулеса молочная ("Дружба 3") со сливоч. маслом	198,13650	5,90263	8,28282	23,91835	200,000
Батон 35 гр	80,30639	2,62120	1,02124	18,14406	35,000
Сыр 9 гр	28,19970	2,07455	2,13838	0,00000	9,000
Кофейный напиток с молоком	115,15571	2,78733	2,81602	16,79241	200,000
Итого:	421,79830	13,38571	14,25846	58,85482	444,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,69173	0,50564	0,10113	10,21391	100,000
Итого:	46,69173	0,50564	0,10113	10,21391	100,000
Обед					
Салат из помидоров и огурцов с зеленью.	25,62650	0,62906	1,59940	2,80045	60,000
Рыба с овощами в омлете 200 гр.	240,74455	16,05064	14,91711	4,82793	200,000
Свекольник с мясом со сметаной ..	141,79962	5,39925	6,00981	15,05199	200,000
Компот из сухофруктов.	71,16376	0,47778	0,02579	16,21921	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,38872	2,01226	0,36586	12,74429	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	56,53421	1,85286	0,21944	12,21425	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	591,25736	26,42185	23,13741	63,85812	720,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,71530	3,89150	4,78955	16,31440	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	244,33211	6,23883	4,66654	39,12034	70,000
Итого:	369,04741	10,13033	9,45609	55,43474	220,000
Всего:	1 428,79480	50,44353	46,95309	188,36159	1 484,000

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

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)