

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

20.10.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 20.10.2025, 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	173,61000	4,83688	4,73875	23,46688	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03813	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,55000	0,98688	1,05625	8,41500	150,000
Итого:	339,54000	8,16376	11,64500	47,92001	336,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Зеленый горошек 25 гр	9,82500	0,71500	0,04313	1,45125	25,000
Щи вегетарианские со сметаной	57,97375	1,08125	3,25500	5,47500	150,000
Котлета мясная 60 гр	160,71563	11,77875	9,98438	2,10125	60,000
Макаронные изделия отварные с овощами.	131,86563	3,18063	2,62625	22,02188	120,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36688	0,02000	13,26625	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:	518,69501	20,62251	16,46876	66,87563	558,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,79000	4,49250	8,98563	6,14000	150,000
Запеканка из творога с морковью 100 гр	281,41000	11,52813	20,49938	13,17938	100,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,80000	0,76063	0,89750	5,91375	10,000
Итого:	441,00000	16,78126	30,38251	25,23313	260,000
Всего:	1 345,23501	46,06753	58,59627	150,12877	1 254,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукт

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

20.10.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 20.10.2025, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 180г	159,49806	4,26344	5,27280	19,53875	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	126,49068	2,68914	5,98602	18,45466	41,000
Чай с молоком 180гр	87,52258	2,36882	2,53441	12,02290	180,000
Итого:	373,51132	9,32140	13,79323	50,01631	401,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г.	46,16487	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,16487	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Зеленый горошек 25 гр	9,73477	0,70513	0,04258	1,43133	25,000
Щи вегетарианские со сметаной	79,17111	1,51806	4,06828	8,29695	200,000
Котлета мясная 80 гр	216,78746	15,90993	13,47749	2,80179	80,000
Макаронные изделия отварные с овощами.	174,86538	3,73713	5,00513	25,78272	150,000
Компот из сухофруктов.	74,82724	0,48882	0,02642	17,08251	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,27312	2,00839	0,36516	12,71978	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	59,16581	1,93978	0,22971	12,78717	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	669,82489	26,30724	23,21477	80,90225	715,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,75914	4,47462	8,94925	6,11534	150,000
Запеканка из творога с морковью 120 гр	301,81100	13,53229	20,68642	15,57659	120,000
Сгущенное молоко 10 гр	35,72760	0,80093	0,94556	6,22961	10,000
Итого:	463,29774	18,80784	30,58123	27,92154	280,000
Всего:	1 552,79882	54,93648	67,68923	168,94010	1 496,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукт

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)