

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

05.11.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 05.11.2025, 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 со сливочным маслом	130,85000	3,74176	4,86706	15,24529	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,81765	4,58647	8,16529	16,03824	45,000
Какао с молоком	86,54000	2,33353	2,40706	12,80765	150,000
Итого:	363,20765	10,66176	15,43941	44,09118	345,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100г	48,70588	0,52941	0,10588	10,69412	100,000
Итого:	48,70588	0,52941	0,10588	10,69412	100,000
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	29,40000	0,70529	0,13176	5,59647	30,000
Щи вегетарианские со сметаной	57,99118	1,08118	3,25529	5,47647	150,000
Котлета мясная 60 гр	160,73412	11,77824	9,98353	2,10118	60,000
Картофельное пюре 130 гр	122,86176	2,57294	3,26176	19,00412	130,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	89,53000	0,00000	0,00000	20,67294	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 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	561,01706	19,63765	17,17234	75,41118	572,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Пудинг из творога 100 гр	304,87824	11,44412	16,71529	20,28412	100,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,88235	0,76059	0,89765	5,91353	10,000
Итого:	508,26059	16,70471	22,11294	54,69765	260,000
Всего:	1 481,19118	47,53353	54,83057	184,89413	1 277,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Фрукты.

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

05.11.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 05.11.2025, 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 со сливочным маслом	181,47809	4,94184	7,16562	20,22233	200,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	145,59237	4,69908	7,26728	18,13000	49,000
Какао с молоком	112,53986	3,23064	3,27293	16,01300	200,000
Итого:	439,61032	12,87156	17,70583	54,36533	449,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	45,51237	0,49293	0,09859	9,95724	100,000
Итого:	45,51237	0,49293	0,09859	9,95724	100,000
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	30,09258	0,71912	0,13463	5,70855	30,000
Щи вегетарианские со сметаной	74,34682	1,40491	4,04710	7,30601	200,000
Котлета мясная 80 гр	209,31855	15,31117	12,99541	2,80177	80,000
Картофельное пюре 130 гр	124,08749	2,56057	3,42124	18,87459	130,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	113,17145	0,00000	0,00000	25,95689	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,97300	0,35873	12,49569	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,24792	1,90968	0,22615	12,58873	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	663,56481	23,87845	21,18326	85,73223	697,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,50000	4,48410	4,48410	28,39929	150,000
Пудинг из творога 120 гр	341,95459	13,42304	19,51449	19,59777	120,000
Сгущенное молоко 10 гр	30,97102	0,69413	0,81947	5,39880	10,000
Итого:	542,42561	18,60127	24,81806	53,39586	280,000
Всего:	1 691,11311	55,84421	63,80574	203,45066	1 526,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Фрукты.

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)