

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

12.11.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 12.11.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	106,57400	3,55467	4,48600	11,32000	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,88667	4,58667	8,16533	16,03800	45,000
Чай с сахаром.	36,88933	0,00000	0,00000	8,85467	150,000
Итого:	289,35000	8,14134	12,65133	36,21267	345,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,52000	0,42267	0,42267	12,46067	120,000
Итого:	47,52000	0,42267	0,42267	12,46067	120,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 40гр.	55,38667	0,75800	2,47067	6,33800	40,000
Суп из овощей вегетарианский со сметаной•1	67,75733	1,18333	3,34000	7,19067	150,000
Плов из мяса говядины 180 гр.	288,71733	10,66867	13,14933	27,65667	180,000
Компот из сухофруктов.	57,88667	0,36667	0,02000	13,26600	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:	570,24800	16,47667	19,52000	77,01134	572,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,27867	3,89400	4,79200	16,32400	150,000
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 120г	103,96800	2,68467	3,26600	14,03667	120,000
Пряник 30 гр	105,00000	1,44000	0,84000	23,31000	30,000
Итого:	333,24667	8,01867	8,89800	53,67067	300,000
Всего:	1 240,36467	33,05935	41,49200	179,35535	1 337,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: овощи в любом виде

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

12.11.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 12.11.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	145,00164	4,75829	6,13011	15,31246	200,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	147,07715	4,76413	7,31185	18,37256	49,000
Чай с сахаром.	49,44534	0,00000	0,00000	11,80633	200,000
Итого:	341,52413	9,52242	13,44196	45,49135	449,000
Завтрак второй					
Яблоко 110 гр.	43,73648	0,38719	0,38719	11,42238	110,000
Итого:	43,73648	0,38719	0,38719	11,42238	110,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 60гр.	82,75950	1,12270	3,71192	9,39480	60,000
Суп из овощей вегетарианский со сметаной•1	77,08851	1,31125	3,98399	7,69217	200,000
Плов из мяса говядины 180 гр.	289,40441	10,74786	13,23836	27,22260	180,000
Компот из сухофруктов.	74,39285	0,47957	0,02591	16,99367	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,07295	2,00114	0,36384	12,67388	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	56,72242	1,85943	0,22021	12,25758	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	635,44064	17,52195	21,54423	86,23470	697,000
Полдник					
Снежок 150 г	123,82064	3,86427	4,75601	16,20021	150,000
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150г	124,51324	3,18060	4,06078	16,33028	150,000
Пряник 30 гр	106,49466	1,45537	0,84897	23,55886	30,000
Итого:	354,82854	8,50024	9,66576	56,08935	330,000
Всего:	1 375,52979	35,93180	45,03914	199,23778	1 586,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: овощи в любом виде

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)