

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

19.11.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 19.11.2025, 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.	146,13112	4,77463	6,22690	15,32601	200,000
Батон с повидлом (джемом)	136,85634	3,07664	1,17090	32,57653	60,000
Чай с сахаром.	49,45384	0,00000	0,00000	11,80634	200,000
Итого:	332,44130	7,85127	7,39780	59,70888	460,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,60261	0,42134	0,42134	12,42981	120,000
Итого:	47,60261	0,42134	0,42134	12,42981	120,000
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп.луком, сол.огурцом раст.мас 60гр.	91,49134	1,05213	5,39701	8,22481	60,000
Суп крестьянский со сметаной	92,02590	1,47784	4,11015	10,79459	200,000
Голубцы ленивые в молочном соусе.	261,59295	19,03459	18,99537	14,89690	230,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	108,50250	0,00000	0,00000	24,88922	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,02985	1,96276	0,35687	12,43082	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,18097	1,90709	0,22586	12,57175	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	665,82351	25,43441	29,08526	83,80809	747,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	170,76493	4,51679	4,51679	28,60634	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	134,39362	3,59802	4,40612	17,00746	150,000
Печенье 20 гр	91,94179	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	397,10034	10,19481	9,96291	60,97380	320,000
Всего:	1 442,96776	43,90183	46,86731	216,92058	1 647,000

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

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)