

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

26.11.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 26.11.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 110 гр.	162,68654	8,63662	11,06335	2,77688	110,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	149,00067	4,84617	7,36654	18,69502	49,000
Какао с молоком	112,36067	3,21855	3,26480	15,99691	200,000
Итого:	424,04788	16,70134	21,69469	37,46881	359,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,72007	0,42242	0,42242	12,46082	120,000
Итого:	47,72007	0,42242	0,42242	12,46082	120,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	26,10981	0,47937	2,05755	2,12219	50,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	109,34134	3,97093	2,74602	15,75152	200,000
Котлета мясная 80 гр	214,84736	15,82491	13,43989	2,51874	80,000
Картофельное пюре 130 гр	125,56539	2,60706	3,37301	19,30011	130,000
Компот из сухофруктов.	74,75264	0,48881	0,02639	17,06227	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,82900	1,95546	0,35554	12,38461	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,96468	1,90000	0,22502	12,52502	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	662,41022	27,22654	22,22342	81,66446	717,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,42595	3,88264	4,77862	16,27717	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	134,72595	3,61617	4,43156	17,00561	150,000
Печенье 20 гр	91,94052	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	351,09242	9,57881	10,25018	48,64278	320,000
Всего:	1 485,27059	53,92911	54,59071	180,23687	1 516,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Сок

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)