

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

04.12.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 04.12.2025, 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 геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	136,08714	3,66500	5,50357	17,27500	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03786	36,000
Какао с молоком	86,54000	2,33286	2,40714	12,80786	150,000
Итого:	338,00714	8,33786	13,76071	46,12072	336,000
Завтрак второй					
Апельсин 120 гр	33,60000	0,75571	0,16786	8,65214	120,000
Итого:	33,60000	0,75571	0,16786	8,65214	120,000
Обед					
Огурец свежий порционный 45 гр	6,29000	0,35929	0,04500	1,70786	45,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	124,77000	4,35929	2,94786	18,68000	200,000
Котлета мясная 70 гр	195,63214	14,41071	12,19143	2,45143	70,000
Рагу из овощей	102,36429	2,39143	2,29071	17,32000	120,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36643	0,02000	13,26571	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:	587,37143	25,38715	18,03500	75,98500	637,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	246,78714	6,53500	4,74000	39,41500	70,000
Итого:	416,28714	11,03500	9,24000	67,91500	220,000
Всего:	1 375,26571	45,51572	41,20357	198,67286	1 313,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

04.12.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 04.12.2025, 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 геркулесовая молочная с маслом сливочным 180г	148,20339	3,87081	6,32589	17,68327	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	128,00468	2,71464	6,07230	18,62855	41,000
Какао с молоком	112,21246	3,20754	3,25738	15,98218	200,000
Итого:	388,42053	9,79299	15,65557	52,29400	421,000
Завтрак второй					
Апельсин 120 гр	34,29032	0,76718	0,17048	8,77992	120,000
Итого:	34,29032	0,76718	0,17048	8,77992	120,000
Обед					
Огурец свежий порционный 45 гр	5,64742	0,32101	0,04012	1,52476	45,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	111,54730	4,03254	2,88637	15,88560	200,000
Котлета мясная 80 гр	227,29806	16,72532	14,14327	2,85746	80,000
Рагу из овощей	137,61218	2,89569	4,13984	20,79335	150,000
Компот из сухофруктов.	74,12375	0,47206	0,02548	16,93282	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,32177	2,00927	0,36532	12,72540	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,98286	1,90000	0,22500	12,52500	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	669,53334	28,35589	21,82540	83,24439	732,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	170,41129	4,50605	4,50605	28,53831	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	235,93012	6,10952	4,63875	37,31028	70,000
Итого:	406,34141	10,61557	9,14480	65,84859	220,000
Всего:	1 498,58560	49,53163	46,79625	210,16690	1 493,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)