

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

05.12.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 05.12.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Повидло 10г	25,17857	0,04000	0,00000	6,65286	10,000
Запеканка творожная ..	300,57429	14,27286	18,89571	10,36143	110,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03786	36,000
Кофейный напиток с молоком	87,85000	2,10286	2,11214	12,87714	150,000
Итого:	528,98286	18,75572	26,85785	45,92929	306,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,50714	0,42214	0,42214	12,46071	120,000
Итого:	47,50714	0,42214	0,42214	12,46071	120,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, морск. капусты и репчат. лука с растит. маслом 40гр.	90,09643	0,84571	5,73929	6,62500	40,000
Суп-лапша с мясом кури со сметаной	112,75857	4,62786	5,68857	8,53143	150,000
Запеканка из рыбы с морковью	165,07714	13,10357	7,26214	8,43143	150,000
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:	526,24714	22,44357	19,25000	59,41357	542,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,32214	3,89357	4,79214	16,32357	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 120г	107,89000	2,89643	3,52929	13,70857	120,000
Итого:	232,21214	6,79000	8,32143	30,03214	270,000
Всего:	1 334,94928	48,41143	54,85142	147,83571	1 238,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин, сок

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

05.12.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 05.12.2025, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Повидло 10г	30,70628	0,04915	0,00000	8,10610	10,000
Запеканка творожная 130 гр	344,20520	16,63202	20,83072	13,15489	130,000
Батон с маслом 35/6 гр	125,48709	2,65251	5,97175	18,20108	41,000
Кофейный напиток с молоком	116,43233	2,81614	2,81601	16,92381	200,000
Итого:	616,83090	22,14982	29,61848	56,38588	381,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,83318	0,42305	0,42305	12,47942	120,000
Итого:	47,83318	0,42305	0,42305	12,47942	120,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, морск. капусты и репчат. лука с растит. маслом 60гр.	85,55417	0,75166	5,54413	6,07027	60,000
Суп-лапша с мясом кури со сметаной 200 гр	145,05888	5,73193	7,18659	11,34332	200,000
Запеканка из рыбы с морковью 180 гр.	183,81991	13,17623	8,14179	10,14435	180,000
Компот из сухофруктов.	74,87735	0,48879	0,02641	17,07843	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,40717	1,93857	0,35247	12,27758	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	56,66233	1,85570	0,21978	12,23296	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	599,37981	23,94288	21,47117	69,14691	697,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,42556	3,87942	4,77471	16,26377	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	144,27013	3,90072	4,48744	18,77354	150,000
Итого:	268,69569	7,78014	9,26215	35,03731	300,000
Всего:	1 532,73958	54,29589	60,77485	173,04952	1 498,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин, сок

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)