

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

22.01.2026



Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 22.01.2026, 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	120,71385	3,14769	5,23000	14,28538	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,70615	4,58615	8,16538	16,03769	45,000
Какао с молоком	86,54000	2,33308	2,40692	12,80692	150,000
Итого:	352,96000	10,06692	15,80230	43,12999	345,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,52692	0,42231	0,42231	12,46077	120,000
Итого:	47,52692	0,42231	0,42231	12,46077	120,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 45гр.	52,46231	0,62385	3,34462	4,75231	45,000
Суп крестьянский со сметаной	73,05000	1,17462	3,34154	8,39692	150,000
Запеканка из рыбы с морковью 140 гр.	175,85077	13,89462	7,93154	8,55154	140,000
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр,	59,71462	0,30308	0,00000	14,51308	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:	461,57770	19,49617	15,15770	58,77385	497,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,30846	3,89385	4,79231	16,32385	150,000
Манник (50 гр)	214,18308	4,45923	5,96000	32,20154	50,000
Итого:	338,49154	8,35308	10,75231	48,52539	200,000
Всего:	1 200,55616	38,33848	42,13462	162,89000	1 202,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

22.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 22.01.2026, 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	144,56972	3,75610	6,29266	16,81096	180,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	148,12734	4,77450	7,29381	18,68280	49,000
Какао с молоком	113,31564	3,26968	3,29940	16,06523	200,000
Итого:	406,01270	11,80028	16,88587	51,55899	429,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,69587	0,42174	0,42174	12,44174	120,000
Итого:	47,69587	0,42174	0,42174	12,44174	120,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр./	70,51440	0,92917	4,21564	7,07624	60,000
Суп крестьянский со сметаной	94,12885	1,49463	4,27317	10,84739	200,000
Запеканка из рыбы с морковью 180 гр.	180,75982	13,23257	8,25771	8,76867	180,000
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр.	72,00165	0,36339	0,00000	17,41913	180,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,88119	1,99211	0,36220	12,61670	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр.	58,70367	1,92266	0,22771	12,67440	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	530,98958	19,93453	17,33643	69,40253	597,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,19161	3,87179	4,76528	16,23170	150,000
Манник (50 гр)	217,75693	4,74147	6,24995	31,82083	50,000
Итого:	341,94854	8,61326	11,01523	48,05253	200,000
Всего:	1 326,64669	40,76981	45,65927	181,45579	1 426,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)