

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

26.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 26.01.2026, 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 пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21474	4,30316	14,39000	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03789	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,66526	0,98684	1,05579	8,41526	150,000
Итого:	287,45526	6,54158	11,20895	38,84315	336,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	48,42105	0,52632	0,10526	10,63158	100,000
Итого:	48,42105	0,52632	0,10526	10,63158	100,000
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	29,40000	0,70526	0,13211	5,59632	30,000
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	84,68789	1,44263	3,55684	10,35421	150,000
Котлета мясная 70 гр	187,61316	13,74211	11,65368	2,45158	70,000
Картофельное пюре 130 гр	123,04579	2,57263	3,26211	19,00421	130,000
Компот из сухофруктов.	57,87158	0,36684	0,02000	13,26579	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:	583,11842	22,32947	19,16474	73,23211	582,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,77895	4,49263	8,98579	6,14000	150,000
Запеканка из творога с яблоками 120	353,97474	13,39053	23,84368	22,15474	120,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,85263	0,76053	0,89737	5,91368	10,000
Итого:	513,60632	18,64369	33,72684	34,20842	280,000
Всего:	1 432,60105	48,04106	64,20579	156,91526	1 298,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

26.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 26.01.2026, 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 пшеничная молочная с маслом сливочным 180г	152,93954	4,06011	5,21819	18,40053	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	125,15715	2,64555	5,96904	18,15295	41,000
Чай с молоком 180гр	87,52036	2,36879	2,53441	12,02292	180,000
Итого:	365,61705	9,07445	13,72164	48,57640	401,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	45,83630	0,49644	0,09929	10,02811	100,000
Итого:	45,83630	0,49644	0,09929	10,02811	100,000
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	30,09751	0,71922	0,13466	5,70936	30,000
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	95,37940	1,87858	3,02826	13,80979	200,000
Котлета мясная 80 гр	214,23206	15,70491	13,31246	2,80178	80,000
Картофельное пюре 130 гр	125,38025	2,58185	3,42331	19,07669	130,000
Компот из сухофруктов.	74,49633	0,48132	0,02598	17,01569	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,97295	0,35872	12,49537	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,50630	1,91811	0,22715	12,64445	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	652,39185	25,25694	20,51054	83,55313	697,000
Полдник					
Ряженка 150 г	124,95673	4,44605	8,89214	6,07630	150,000
Запеканка из творога с яблоками 130г	376,97306	14,35872	25,07922	23,93331	130,000
Сгущеное молоко 10 гр	30,95231	0,69367	0,81890	5,39512	10,000
Итого:	532,88210	19,49844	34,79026	35,40473	290,000
Всего:	1 596,72730	54,32627	69,12173	177,56237	1 488,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.

(расшифровка подписи)