

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

27.01.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 2 от 27.01.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150г	117,81000	3,00316	4,03895	15,09947	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,76316	4,58632	8,16526	16,03789	45,000
Какао с молоком	86,54000	2,33316	2,40684	12,80684	150,000
<b>Итого:</b>	<b>350,11316</b>	<b>9,92264</b>	<b>14,61105</b>	<b>43,94420</b>	<b>345,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Яблоко 120 гр	47,51053	0,42263	0,42263	12,46105	120,000
<b>Итого:</b>	<b>47,51053</b>	<b>0,42263</b>	<b>0,42263</b>	<b>12,46105</b>	<b>120,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом 45 гр	35,82947	0,77263	2,29263	3,99579	45,000
Свекольник вегетарианский со сметаной	71,59158	1,19158	3,30316	8,88316	150,000
Биточки рыбные 70 гр	99,97789	8,22316	3,72263	6,35263	70,000
Каша гречневая рассыпчатая 120 г	115,27053	3,06263	3,45842	18,83579	120,000
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
<b>Итого:</b>	<b>481,04105</b>	<b>17,11684</b>	<b>13,33684</b>	<b>73,89316</b>	<b>587,000</b>
<b>Полдник</b>					
Снежок 150 г	124,28158	3,89368	4,79211	16,32368	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	244,39526	6,30947	4,64842	39,30368	70,000
<b>Итого:</b>	<b>368,67684</b>	<b>10,20315</b>	<b>9,44053</b>	<b>55,62736</b>	<b>220,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 247,34158</b>	<b>37,66526</b>	<b>37,81105</b>	<b>185,92577</b>	<b>1 272,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий  
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю  
АСАТОВА Г.Р.

27.01.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 1 от 27.01.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180г	143,52307	3,64358	4,85185	18,39445	180,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	149,01150	4,79760	7,42209	18,60154	49,000
Какао с молоком	111,95268	3,19256	3,24724	15,96220	200,000
<b>Итого:</b>	<b>404,48725</b>	<b>11,63374</b>	<b>15,52118</b>	<b>52,95819</b>	<b>429,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Яблоко 120 гр	47,60787	0,42130	0,42130	12,42811	120,000
<b>Итого:</b>	<b>47,60787</b>	<b>0,42130</b>	<b>0,42130</b>	<b>12,42811</b>	<b>120,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом.	45,02547	0,82409	3,04598	4,61457	60,000
Свекольник вегетарианский со сметаной	100,78732	1,75807	4,09476	13,67051	200,000
Биточки рыбные 80гр	116,19772	9,19272	4,73685	6,48642	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 120 г	125,93945	3,37795	3,61835	20,78177	120,000
Компот из сухофруктов.	74,23563	0,47476	0,02563	16,95701	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	56,50906	2,05276	0,37323	13,00079	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,97736	1,90000	0,22500	12,52500	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
<b>Итого:</b>	<b>576,67201</b>	<b>19,58035</b>	<b>16,11980</b>	<b>88,03607</b>	<b>717,000</b>
<b>Полдник</b>					
Снежок 150 г	124,04579	3,86976	4,76280	16,22331	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	239,79394	6,10744	4,64760	38,24287	70,000
<b>Итого:</b>	<b>363,83973</b>	<b>9,97720</b>	<b>9,41040</b>	<b>54,46618</b>	<b>220,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 392,60686</b>	<b>41,61259</b>	<b>41,47268</b>	<b>207,88855</b>	<b>1 486,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день! полноценный ужин

Заведующий  
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.  
(расшифровка подписи)