

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

29.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 29.01.2026, 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	157,37778	4,38889	5,88556	21,46000	150,000
Батон с маслом, сыром 30/6/9 гр	145,88667	4,58667	8,16556	16,03778	45,000
Какао с молоком	86,54000	2,33278	2,40667	12,80722	150,000
Итого:	389,80445	11,30834	16,45779	50,30500	345,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,52500	0,42222	0,42222	12,46056	120,000
Итого:	47,52500	0,42222	0,42222	12,46056	120,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 45гр.	52,55889	0,62389	3,34444	4,75278	45,000
Суп-лапша с мясом кури со сметаной	117,11222	4,94222	5,98778	8,54278	150,000
Суфле из рыбы 60 гр	112,16167	11,08944	5,25611	2,29611	60,000
Картофельное пюре 130 гр	123,14444	2,57222	3,26222	19,00444	130,000
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр,	59,93167	0,30333	0,00000	14,51389	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,75000	1,90000	0,22500	12,52500	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	576,95889	23,41110	18,43555	74,17500	592,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Булочка дорожная, 50 г	153,63056	4,20833	3,30722	27,08444	50,000
Итого:	323,13056	8,70833	7,80722	55,58444	200,000
Всего:	1 337,41890	43,84999	43,12278	192,52500	1 257,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю



АСАТОВА Г.Р.

29.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 29.01.2026, 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	189,39230	5,26635	7,06225	25,75262	180,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	149,41119	4,87279	7,39406	18,69500	49,000
Какао с молоком	112,40393	3,21857	3,26480	15,99689	200,000
Итого:	451,20742	13,35771	17,72111	60,44451	429,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,74057	0,42242	0,42242	12,46082	120,000
Итого:	47,74057	0,42242	0,42242	12,46082	120,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр.	70,01578	0,83189	4,44754	6,33541	60,000
Суп-лапша с мясом кури со сметаной	156,97332	6,58959	7,98311	11,39102	200,000
Суфле из рыбы 80 гр	150,95463	14,91537	7,02139	3,02184	80,000
Картофельное пюре 130 гр	125,43254	2,58189	3,42336	19,07664	130,000
Компот из сухофруктов и шиповника 200 гр.	79,92623	0,40418	0,00000	19,35115	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,52254	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,98668	1,90000	0,22500	12,52500	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	695,81172	29,20292	23,46040	84,24106	727,000
Полдник					
Бийогурт 150 г	170,19467	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Булочка дорожная, 50 г	153,97389	4,20816	3,30693	27,08459	50,000
Итого:	324,16856	8,70816	7,80693	55,58459	200,000
Всего:	1 518,92827	51,69121	49,41086	212,73098	1 476,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)