

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.



Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 2 от 02.02.2026, 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 пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21500	4,30278	14,38944	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03778	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,55000	0,98722	1,05611	8,41500	150,000
<b>Итого:</b>	<b>287,34000</b>	<b>6,54222</b>	<b>11,20889</b>	<b>38,84222</b>	<b>336,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	29,40000	0,70500	0,13222	5,59667	30,000
Щи вегетарианские со сметаной	58,46667	1,08111	3,25556	5,47611	150,000
Котлета мясная 60 гр	183,51944	13,58611	11,44056	2,10167	60,000
Картофельное пюре 130 гр	123,14444	2,57222	3,26222	19,00444	130,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36667	0,02000	13,26611	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>552,84555</b>	<b>21,81111</b>	<b>18,65056</b>	<b>68,00500</b>	<b>572,000</b>
<b>Полдник</b>					
Ряженка 150 г	125,81333	4,49278	8,98556	6,14000	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,77778	0,76056	0,89778	5,91333	10,000
Запеканка творожная ..	298,62944	14,12056	18,76778	10,35167	110,000
<b>Итого:</b>	<b>458,22055</b>	<b>19,37390</b>	<b>28,65112</b>	<b>22,40500</b>	<b>270,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 344,40610</b>	<b>48,22723</b>	<b>58,61057</b>	<b>139,35222</b>	<b>1 278,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий  
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

02.02.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 1 от 02.02.2026, 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 пшеничная молочная с маслом сливочным 180г	150,03866	3,96628	5,19300	17,87534	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	126,50300	2,68761	5,98543	18,44409	41,000
Чай с молоком 180гр	87,56308	2,36879	2,53441	12,02291	180,000
<b>Итого:</b>	<b>364,10474</b>	<b>9,02268</b>	<b>13,71284</b>	<b>48,34234</b>	<b>401,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,55870	0,50405	0,10081	10,18178	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,55870</b>	<b>0,50405</b>	<b>0,10081</b>	<b>10,18178</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	29,59838	0,70692	0,13235	5,61162	30,000
Щи вегетарианские со сметаной	71,23194	1,40296	3,74142	7,30296	200,000
Котлета мясная 80 гр	220,37858	16,19794	13,70947	2,80178	80,000
Картофельное пюре 130 гр	123,72870	2,55510	3,42733	18,76931	130,000
Компот из сухофруктов.	74,03494	0,47000	0,02538	16,91453	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,66640	1,98534	0,36097	12,57385	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,78810	1,92648	0,22814	12,69943	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
<b>Итого:</b>	<b>632,42704</b>	<b>25,24474</b>	<b>21,62506</b>	<b>76,67348</b>	<b>697,000</b>
<b>Полдник</b>					
Ряженка 150 г	126,34348	4,49328	8,98652	6,14081	150,000
Сгущеное молоко 10 гр	35,35547	0,79223	0,93526	6,16174	10,000
Запеканка творожная 120 гр	316,23332	15,11854	19,48733	11,43567	120,000
<b>Итого:</b>	<b>477,93227</b>	<b>20,40405</b>	<b>29,40911</b>	<b>23,73822</b>	<b>280,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 521,02275</b>	<b>55,17552</b>	<b>64,84782</b>	<b>168,93582</b>	<b>1 478,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий  
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.  
(расшифровка подписи)