

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

05.02.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 05.02.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180г	151,05991	3,96249	6,37089	18,23915	180,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	149,09117	4,90535	7,46000	18,34469	49,000
Какао с молоком	113,75775	3,29549	3,31685	16,09962	200,000
Итого:	413,90883	12,16333	17,14774	52,68346	429,000
Завтрак второй					
Апельсин 150 гр	42,15023	0,94207	0,20934	10,78117	150,000
Итого:	42,15023	0,94207	0,20934	10,78117	150,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр.	72,29052	0,99296	4,21817	7,56197	60,000
Суп фасолевый 0,180	67,66831	0,97873	3,30484	7,33423	180,000
Котлета мясная 80 гр	212,02967	15,53587	13,17958	2,77178	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	152,01385	3,41953	3,62563	23,72545	130,000
Компот из сухофруктов.	74,83887	0,48878	0,02638	17,06545	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,23474	2,00479	0,36451	12,69700	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,02113	1,90000	0,22502	12,52502	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	692,09709	25,32066	24,94413	83,68090	707,000
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,76526	4,48592	4,48592	28,41080	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	186,31235	4,51836	4,45563	27,88484	70,000
Итого:	356,07761	9,00428	8,94155	56,29564	220,000
Всего:	1 504,23376	47,43034	51,24276	203,44117	1 506,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин, овощи в любом виде

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)