

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

16.02.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 16.02.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Угледоды, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшениная молочноя с маслом сливочным 150г	173,61000	4,83600	4,73850	23,46700	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03800	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,55000	0,98700	1,05600	8,41550	150,000
Итого:	339,54000	8,16300	11,64450	47,92050	336,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр	29,40000	0,70500	0,13200	5,59650	30,000
Щи вегетарианские со сметаной	58,28300	1,12000	3,25550	5,51100	150,000
Котлета мясная 60 гр	160,65600	11,77900	9,98450	2,10100	60,000
Макаронные изделия отварные 130 гр	201,04600	5,10000	3,02250	35,46800	130,000
Компот из сухофруктов	57,81500	0,36650	0,02000	13,26600	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:	607,70000	22,57050	16,95450	84,50250	572,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,79000	4,49300	8,98550	6,14000	150,000
Сгущеное молоко 10 гр	33,76000	0,76050	0,89750	5,91350	10,000
Запеканка творожная ..	297,89750	14,06700	18,72250	10,34900	110,000
Итого:	457,44750	19,32050	28,60550	22,40250	270,000
Всего:	1 450,68750	50,55400	57,30450	164,92550	1 278,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: Овощи в любом виде

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

