

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

17.02.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 17.02.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 100 гр.	148,05526	7,88211	10,08368	2,52632	100,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	148,73632	4,87316	7,39421	18,69526	49,000
Какао с молоком	86,54000	2,33316	2,40684	12,80684	150,000
Итого:	383,33158	15,08843	19,88473	34,02842	299,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	48,42105	0,52632	0,10526	10,63158	100,000
Итого:	48,42105	0,52632	0,10526	10,63158	100,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	13,94579	0,29947	1,03789	1,29947	30,000
Суп гороховый со сметаной 150 гр	89,43632	3,07421	2,68842	11,92421	150,000
Суфле из рыбы 50 гр	79,56579	7,43737	3,80737	1,85842	50,000
Картофельное пюре 130 гр	123,04579	2,57263	3,26211	19,00421	130,000
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
Итого:	464,36527	17,25052	11,35579	69,91210	562,000
Полдник					
Кефир 150 г	83,85263	4,19316	4,79211	6,14000	150,000
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 120г	125,75158	3,51105	4,70789	17,16842	120,000
Печенье 20 гр	91,60000	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	301,20421	9,78421	10,54000	38,66842	290,000
Всего:	1 197,32211	42,64948	41,88578	153,24052	1 251,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

17.02.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 17.02.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 110 гр.	162,68654	8,63662	11,06335	2,77688	110,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	146,58903	4,78175	7,35803	18,07086	49,000
Какао с молоком	112,93985	3,25323	3,28829	16,04323	200,000
Итого:	422,21542	16,67160	21,70967	36,89097	359,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,17100	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,17100	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	25,43550	0,43625	2,04989	1,96658	50,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	112,41628	4,01301	3,00550	15,80413	200,000
Суфле из рыбы 80 гр	113,38836	9,84546	5,47063	3,01372	80,000
Картофельное пюре 130 гр	124,04970	2,55810	3,41888	18,86840	130,000
Компот из сухофруктов.	73,77416	0,46465	0,02509	16,86658	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,35799	1,93829	0,35242	12,27584	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	59,20985	1,94097	0,22985	12,79506	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	561,63184	21,19673	14,55226	81,59031	717,000
Полдник					
Кефир 150 г	84,02290	4,18487	4,78271	6,12788	150,000
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	157,75409	4,38859	5,88520	21,45714	150,000
Печенье 20 гр	91,94052	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Итого:	333,71751	10,65346	11,70791	42,94502	320,000
Всего:	1 363,73577	49,02179	48,06984	171,52630	1 496,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)