



АСАТОВА Г.Р.

05.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 05.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч № 45

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180г	144,04566	3,65963	4,85382	18,50566	180,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	146,89618	4,78142	7,36693	18,13622	49,000
Какао с молоком	111,85041	3,18790	3,24404	15,95592	200,000
Итого:	402,79225	11,62895	15,46479	52,59780	429,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,51685	0,50375	0,10075	10,17566	100,000
Итого:	46,51685	0,50375	0,10075	10,17566	100,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом 60 гр.	38,30498	0,65086	3,17262	2,48521	60,000
Суп гороховый с курой со сметаной.	155,16963	7,60228	6,70041	13,20760	200,000
Суфле из печени 80 гр	140,62052	14,40974	6,00921	3,74333	80,000
Картофельное пюре 130 гр	125,39382	2,58184	3,42333	19,07663	130,000
Компот из сухофруктов.	74,23300	0,47599	0,02569	16,95779	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,23221	1,97011	0,35820	12,47738	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,61517	1,92135	0,22753	12,66573	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	646,56933	29,61217	19,91699	80,61367	727,000
Полдник					
Снежок 150 г	123,86584	3,86498	4,75689	16,20315	150,000
Ватрушка со сметаной 70 гр	238,43753	5,07779	9,28876	27,92457	70,000
Итого:	362,30337	8,94277	14,04565	44,12772	220,000
Всего:	1 458,18180	50,68764	49,52818	187,51485	1 476,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)