

06.03.2026



Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 06.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Повидло 10г	24,51064	0,03923	0,00000	6,47081	10,000
Батон с маслом 35/6 гр	129,07098	2,77089	6,01787	19,02055	41,000
Запеканка творожная 120 гр	307,47157	14,63281	18,88179	11,32749	120,000
Кофейный напиток с молоком	115,54166	2,77813	2,77719	16,85694	200,000
Итого:	576,59485	20,22106	27,67685	53,67579	371,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,97872	0,50851	0,10170	10,27191	100,000
Итого:	46,97872	0,50851	0,10170	10,27191	100,000
Обед					
Борщ вегетарианский со сметаной 200гр	78,07498	1,83102	2,77906	11,45570	200,000
Котлета мясная 80 гр	210,68885	15,49430	13,17498	2,50694	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 120 г	116,41294	3,04919	3,52719	18,75128	120,000
Компот из сухофруктов.	73,07098	0,48881	0,02638	16,64970	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,91489	1,95753	0,35591	12,39770	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,99574	1,90000	0,22502	12,52502	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	590,15838	24,72085	20,08854	74,28634	657,000
Полдник					
Снежок 150 г	123,77949	3,86021	4,75102	16,18315	150,000
Запеканка овощная 100гр	130,58379	3,20626	3,57468	19,61089	100,000
Итого:	254,36328	7,06647	8,32570	35,79404	250,000
Всего:	1 468,09523	52,51689	56,19279	174,02808	1 378,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)