

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

10.03.2026



Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 10.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21375	4,30250	14,39000	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	106,56750	2,05125	5,73750	14,03875	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,55000	0,98750	1,05625	8,41500	150,000
Итого:	278,52750	6,25250	11,09625	36,84375	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	0,13250	5,59625	30,000
Суп крестьянский со сметаной	72,82750	1,17500	3,34125	8,39625	150,000
Жаркое по - домашнему 140г	201,22625	13,87000	13,79375	14,30750	140,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36625	0,02000	13,26625	150,000
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	1,65000	0,30000	10,45000	25,000
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:	452,71875	19,28625	17,76750	62,03625	517,000
Полдник					
Кефир 150 г	83,86000	4,19375	4,79250	6,14000	150,000
Булочка дорожная, 50 г	149,43125	4,20875	3,30500	25,96750	50,000
Итого:	233,29125	8,40250	8,09750	32,10750	200,000
Всего:	1 010,53750	34,44125	37,06125	141,08750	1 153,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: ФРУКТЫ, полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

10.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 10.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180г	151,07713	3,98401	5,15935	18,16498	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	126,31271	2,68138	5,98300	18,40093	41,000
Чай с молоком 180гр	87,56308	2,36879	2,53441	12,02291	180,000
Итого:	364,95292	9,03418	13,67676	48,58882	401,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,93117	0,50810	0,10162	10,26356	100,000
Итого:	46,93117	0,50810	0,10162	10,26356	100,000
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	30,78866	0,73547	0,13769	5,83818	30,000
Суп крестьянский со сметаной	92,37700	1,50725	4,05826	10,97275	200,000
Жаркое по - домашнему 180г	266,72198	17,95789	17,77943	19,88615	180,000
Компот из сухофруктов	74,55498	0,48879	0,02640	17,00899	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,49393	1,94259	0,35320	12,30308	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,42267	1,88154	0,22283	12,40332	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	575,35922	24,51353	22,57781	78,41247	667,000
Полдник					
Кефир 150 г	84,35822	4,20024	4,80028	6,15036	150,000
Булочка дорожная, 50 г	153,98312	4,20818	3,30692	27,08462	50,000
Итого:	238,34134	8,40842	8,10720	33,23498	200,000
Всего:	1 225,58465	42,46423	44,46339	170,49983	1 368,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: ФРУКТЫ, полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)