

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

12.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 12.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 100 гр.	148,03500	7,91375	10,11000	2,52875	100,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Сыр 6 гр	19,36000	1,43500	1,47875	0,00000	6,000
Кофейный напиток с молоком	87,85000	2,10250	2,11250	12,87625	150,000
Итого:	325,74500	13,76125	14,60125	31,39500	286,000
Завтрак второй					
Апельсин 120 гр.	33,60000	0,75625	0,16750	8,65250	120,000
Итого:	33,60000	0,75625	0,16750	8,65250	120,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 45гр.	52,29750	0,62375	3,34375	4,75250	45,000
Суп картофельный с крупой 0,150	101,65500	1,86250	3,77125	12,97625	150,000
Голубцы ленивые в молочном соусе 150г	180,06000	14,92625	13,02250	10,83625	150,000
Компот из сухофруктов.	42,18125	0,36625	0,02000	9,52000	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 20 гр	36,09375	1,18750	0,14125	7,82875	20,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	466,58750	20,94625	20,65875	58,45375	547,000
Полдник					
Снежок 150 г	121,07625	3,79375	4,67000	15,90500	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 120г	107,28625	2,89625	3,52875	13,71000	120,000
Итого:	228,36250	6,69000	8,19875	29,61500	270,000
Всего:	1 054,29500	42,15375	43,62625	128,11625	1 223,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день:

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.

(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

12.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 12.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 120 гр.	177,49689	9,42231	12,06950	3,02937	120,000
Сыр 9 гр	29,29882	2,15382	2,22008	0,00000	9,000
Батон 35 гр	80,57143	2,62870	1,02416	18,19592	35,000
Кофейный напиток с молоком	112,27160	2,80782	2,81601	15,97748	200,000
Итого:	399,63874	17,01265	18,12975	37,20277	364,000
Завтрак второй					
Апельсин 120 гр	36,57815	0,81849	0,18189	9,36693	120,000
Итого:	36,57815	0,81849	0,18189	9,36693	120,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр.	70,02298	0,83189	4,44752	6,33542	60,000
Суп картофельный с крупой 0,200/	132,46429	2,32277	5,25076	16,00761	200,000
Голубцы ленивые в молочном соусе 200г	215,40660	17,40034	14,81836	14,39559	200,000
Компот из сухофруктов.	74,87328	0,48878	0,02639	17,08252	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,21261	2,00496	0,36454	12,69807	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	55,08088	1,80420	0,21366	11,89349	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	603,06064	24,85294	25,12123	78,41270	717,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,84525	3,89374	4,79231	16,32382	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	139,10080	3,74168	4,44471	17,84571	150,000
Итого:	263,94605	7,63542	9,23702	34,16953	300,000
Всего:	1 303,22358	50,31950	52,66989	159,15193	1 501,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)