

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

13.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 13.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	146,10066	4,77079	6,22652	15,29947	200,000
Батон с маслом 35/6 гр	126,86185	2,69789	5,98943	18,51520	41,000
Чай с сахаром.	37,90000	0,00000	0,00000	9,02978	200,000
Итого:	310,86251	7,46868	12,21595	42,84445	441,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	47,62115	0,51542	0,10308	10,41145	100,000
Итого:	47,62115	0,51542	0,10308	10,41145	100,000
Обед					
Суп гороховый со сметаной 200 гр	99,16903	3,70714	2,78256	13,43119	200,000
Котлета мясная 80 гр	214,23119	15,70493	13,31247	2,80181	80,000
Картофельное пюре 130 гр	124,61533	2,53559	3,38758	19,00154	130,000
Компот из сухофруктов.	58,56652	0,46771	0,02524	13,20520	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,81828	1,99018	0,36185	12,60445	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,64824	1,88828	0,22361	12,44775	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	609,04859	26,29383	20,09331	73,49194	667,000
Полдник					
Кефир 150 г	83,54115	4,15775	4,75172	6,08815	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	186,44546	4,51881	4,45894	27,93004	70,000
Итого:	269,98661	8,67656	9,21066	34,01819	220,000
Всего:	1 237,51886	42,95449	41,62300	160,76603	1 428,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.

(расшифровка подписи)