



АСАТОВА Г.Р.

23.03.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 2 от 23.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч 45

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21500	4,30278	14,38944	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	107,54667	2,08333	5,75000	14,26111	36,000
Чай с молоком 150 гр	48,65500	0,98722	1,05611	7,96111	150,000
<b>Итого:</b>	<b>277,61167</b>	<b>6,28555</b>	<b>11,10889</b>	<b>36,61166</b>	<b>336,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Щи вегетарианские со сметаной	59,72222	1,15889	3,08944	6,16333	150,000
Тефтели из мяса говядины в молочном соусе 60 гр.	146,33222	9,34889	8,87889	3,82056	60,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	123,54000	2,94667	2,46833	20,46944	130,000
Компот из сухофруктов.	54,02500	0,36667	0,02000	12,35778	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
<b>Итого:</b>	<b>475,06944</b>	<b>16,99112</b>	<b>14,93666</b>	<b>63,28111</b>	<b>537,000</b>
<b>Полдник</b>					
Кефир 150 г	83,87556	4,19333	4,79222	6,14000	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,77778	0,76056	0,89778	5,91333	10,000
Запеканка творожная 90 гр	238,86000	11,48889	14,76444	8,58944	90,000
<b>Итого:</b>	<b>356,51334</b>	<b>16,44278</b>	<b>20,45444</b>	<b>20,64277</b>	<b>250,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 155,19445</b>	<b>40,21945</b>	<b>46,59999</b>	<b>130,63554</b>	<b>1 223,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день: овощи в любом виде

Заведующий  
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

23.03.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 1 от 23.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180г	152,69185	4,05242	5,21612	18,35744	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	125,90982	2,67021	5,97865	18,32367	41,000
Чай с молоком 180гр	87,52036	2,36879	2,53441	12,02292	180,000
<b>Итого:</b>	<b>366,12203</b>	<b>9,09142</b>	<b>13,72918</b>	<b>48,70403</b>	<b>401,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,16370	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,16370</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Щи вегетарианские со сметаной	71,44167	1,51637	3,27406	8,39737	200,000
Тефтели из мяса говядины в молочном соусе 80 гр.	147,09399	9,39694	8,60722	4,40801	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	138,34192	3,29577	2,70434	22,89470	130,000
Компот из сухофруктов.	59,38406	0,48270	0,02609	13,39217	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,07295	2,00114	0,36384	12,67388	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,05125	1,87025	0,22149	12,32890	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
<b>Итого:</b>	<b>528,38584</b>	<b>18,56317</b>	<b>15,19704</b>	<b>74,09503</b>	<b>667,000</b>
<b>Полдник</b>					
Кефир 150 г	83,60342	4,16459	4,75954	6,09815	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	35,23416	0,78982	0,93246	6,14317	10,000
Запеканка творожная 120 гр	312,19562	14,91655	19,22893	11,35904	120,000
<b>Итого:</b>	<b>431,03320</b>	<b>19,87096</b>	<b>24,92093</b>	<b>23,60036</b>	<b>280,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 371,70477</b>	<b>48,02555</b>	<b>53,94715</b>	<b>156,49942</b>	<b>1 448,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день: овощи в любом виде

Заведующий  
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.  
(расшифровка подписи)