

11.0

Утверждаю

Г.П. Асатова

АСАТОВА Г.Р.

24.03.2026



Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 24.03.2026, 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 из гречи и геркулеса молочная ("Дружба 3") со сливоч. маслом	136,73619	4,48571	5,04714	18,04048	150,000
Сыр 7 гр	21,95810	1,62095	1,67095	0,00000	7,000
Батон 30 гр.	67,92619	2,22429	0,86667	15,39810	30,000
Кофейный напиток с молоком	76,57048	2,10238	2,11190	10,15190	150,000
Итого:	303,19096	10,43333	9,69666	43,59048	337,000
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					
Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом 45гр.	51,33905	0,65905	2,69238	5,11190	45,000
Свекольник с мясом со сметаной ..	104,62143	3,87810	4,72905	10,44952	150,000
Рыба с овощами в омлете 140 гр.	174,46619	13,02619	10,30571	3,60619	140,000
Компот из сухофруктов.	42,29857	0,27143	0,01476	9,69190	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:	464,17524	21,00477	18,22190	49,32951	532,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,30238	3,89381	4,79238	16,32381	150,000
Булочка дорожная, 50 г	146,32286	4,20333	2,52429	27,07714	50,000
Итого:	270,62524	8,09714	7,31667	43,40095	200,000
Всего:	1 083,99144	40,03524	35,33523	146,42094	1 169,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

А.С. АСАТОВА Г.Р.

24.03.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 24.03.2026, 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 из гречи и геркулеса молочная ("Дружба 3") со сливоч. маслом	197,88092	5,89428	8,27948	23,86878	200,000
Батон 35 гр	82,75295	2,70155	1,05255	18,70022	35,000
Сыр 9 гр	29,38096	2,16162	2,22815	0,00000	9,000
Кофейный напиток с молоком	104,02450	2,82849	2,83399	13,91539	200,000
Итого:	414,03933	13,58594	14,39417	56,48439	444,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	47,35793	0,51292	0,10258	10,36089	100,000
Итого:	47,35793	0,51292	0,10258	10,36089	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом 60гр.	68,06185	0,88601	3,53044	6,83834	60,000
Рыба с овощами в омлете 200 гр.	237,80262	15,67137	14,77328	4,88620	200,000
Свекольник с мясом кури со сметаной ..	137,33100	5,16428	6,49683	12,76044	200,000
Компот из сухофруктов.	55,76166	0,43162	0,02332	12,60273	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	56,60424	2,05672	0,37395	13,02587	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,64502	1,92244	0,22768	12,67292	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	614,20639	26,13244	25,42550	62,78650	717,000
Полдник					
Снежок 150 г	122,69605	3,82856	4,71207	16,05048	150,000
Булочка дорожная, 50 г	144,42897	3,93369	3,21066	25,31207	50,000
Итого:	267,12502	7,76225	7,92273	41,36255	200,000
Всего:	1 342,72867	47,99355	47,84498	170,99433	1 461,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)