

6.0

Утверждаю
АСАТОВА Г.Р.
26.03.2026
МАДОУ
ДЕТСКИЙ САД
№ 45

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 26.03.2026, 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 ячневая молочная с маслом сливочным 150г	110,86714	2,80190	4,01476	13,70190	150,000
Батон 30 гр.	68,82143	2,25524	0,87857	15,60952	30,000
Сыр 7 гр	22,62857	1,67429	1,72571	0,00000	7,000
Какао с молоком	75,17000	2,33333	2,40667	10,08238	150,000
Итого:	277,48714	9,06476	9,02571	39,39380	337,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	39,60000	0,35190	0,35190	10,38381	100,000
Итого:	39,60000	0,35190	0,35190	10,38381	100,000
Обед					
Борщ вегетарианский со сметаной.	64,34571	1,45190	2,32333	9,33905	150,000
Запеканка из рыбы с морковью 150 гр.	123,54429	8,59810	5,07000	8,51190	150,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	72,95000	0,00000	0,00000	16,81190	150,000
Хлеб ржаной 25 гр	43,09524	1,57143	0,28571	9,95238	25,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,75000	1,53810	0,18238	10,13952	20,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	350,68524	13,15953	7,86142	54,75475	497,000
Полдник					
Кефир 150 г	83,86667	4,19333	4,79238	6,14000	150,000
Манник (50 гр)	198,05143	4,23714	5,96619	28,53048	50,000
Итого:	281,91810	8,43047	10,75857	34,67048	200,000
Всего:	949,69048	31,00666	27,99760	139,20284	1 134,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

