

4.0 Утверждаю *Асатова Г.Р.*  
 АСАТОВА Г.Р.  
 30.03.2026  
 МАДОУ  
 ДЕТСКИЙ САД  
 № 45

Меню-раскладка  
 ТРЕБ. дети № 2 от 30.03.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21435	4,30304	14,38957	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	113,33652	2,27304	5,82391	15,57435	36,000
Чай с молоком 150 гр	48,66783	0,98696	1,05609	7,96130	150,000
<b>Итого:</b>	<b>283,41435</b>	<b>6,47435</b>	<b>11,18304</b>	<b>37,92522</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>					
Свекольник вегетарианский со сметаной 150 гр	71,23087	1,31087	2,66739	10,28043	150,000
Котлета мясная 60 гр	130,61565	13,32174	6,33000	2,18957	60,000
Картофельное пюре 130 гр	124,40043	2,60478	3,26826	19,28696	130,000
Компот из сухофруктов.	54,07174	0,36652	0,02000	12,35783	150,000
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	1,65000	0,30000	10,45000	25,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,75000	1,90000	0,22522	12,52522	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
<b>Итого:</b>	<b>483,31869</b>	<b>21,15391</b>	<b>12,81087</b>	<b>67,09001</b>	<b>542,000</b>
<b>Полдник</b>					
Ряженка 150 г	125,78087	4,49261	8,98565	6,14000	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,80870	0,76043	0,89739	5,91348	10,000
Запеканка творожная ..	281,34783	13,15478	17,57217	10,15217	110,000
<b>Итого:</b>	<b>440,93740</b>	<b>18,40782</b>	<b>27,45521</b>	<b>22,20565</b>	<b>270,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 253,67044</b>	<b>46,53608</b>	<b>51,54912</b>	<b>137,32088</b>	<b>1 248,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты, блюда содержащие углеводы, белки.

Заведующий  
 (должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.  
 (расшифровка подписи)

11.0 Утверждаю *Степанов Е.С.*

АСАТОВА Г.Р.

30.03.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 1 от 30.03.2026, 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	152,96659	4,05924	5,21799	18,39557	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	126,32083	2,68273	5,98352	18,41027	41,000
Чай с молоком 180гр	87,54034	2,36879	2,53439	12,02295	180,000
<b>Итого:</b>	<b>366,82776</b>	<b>9,11076</b>	<b>13,73590</b>	<b>48,82879</b>	<b>401,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,52273	0,50379	0,10076	10,17652	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,52273</b>	<b>0,50379</b>	<b>0,10076</b>	<b>10,17652</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Свекольник вегетарианский со сметаной	100,73848	1,79992	3,96625	14,00023	200,000
Котлета мясная 80 гр	152,14352	15,45178	7,38932	2,56898	80,000
Картофельное пюре 130 гр	129,34951	2,68231	3,44212	19,95667	130,000
Компот из сухофруктов.	58,50845	0,46602	0,02515	13,20504	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,33428	1,97375	0,35886	12,50042	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,96875	1,90000	0,22500	12,52500	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
<b>Итого:</b>	<b>553,04299</b>	<b>24,27378</b>	<b>15,40670</b>	<b>74,75634</b>	<b>667,000</b>
<b>Полдник</b>					
Ряженка 150 г	126,51545	4,50064	9,00133	6,15091	150,000
Сгущеное молоко 10 гр	32,43636	0,72682	0,85803	5,65295	10,000
Запеканка творожная 120 гр	313,11030	14,96773	19,28746	11,36205	120,000
<b>Итого:</b>	<b>472,06211</b>	<b>20,19519</b>	<b>29,14682</b>	<b>23,16591</b>	<b>280,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 438,45559</b>	<b>54,08352</b>	<b>58,39018</b>	<b>156,92756</b>	<b>1 448,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты, блюда содержащие углеводы, белки

Заведующий \_\_\_\_\_

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.  
(расшифровка подписи)