

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

21.04.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 21.04.2026, 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	141,49368	4,43579	5,64000	17,72421	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	114,76158	2,32000	5,84211	15,89789	36,000
Сыр 7 гр	22,60211	1,67421	1,72579	0,00000	7,000
Кофейный напиток с молоком	87,95000	2,10263	2,11211	12,87632	150,000
Итого:	366,80737	10,53263	15,32001	46,49842	343,000
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 зеленым горошком и растит.маслом 45гр.	70,10211	1,21789	4,48263	4,51579	45,000
Свекольник с мясом кура со сметаной ..	108,26105	3,97263	4,85421	11,07579	150,000
Рыба с овощами в омлете 140 гр.	176,49421	12,91947	10,56684	3,65842	140,000
Компот из сухофруктов.	45,10526	0,36684	0,02000	10,20684	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:	491,41263	21,64683	20,40368	49,92684	532,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,28158	3,89368	4,79211	16,32368	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	167,62263	4,04316	4,38842	24,45368	70,000
Итого:	291,90421	7,93684	9,18053	40,77736	220,000
Всего:	1 196,12421	40,61630	45,00422	147,30262	1 195,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

21.04.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 21.04.2026, 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	196,19768	5,83732	8,25645	23,52815	200,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	148,09764	4,81957	7,35884	18,48257	49,000
Кофейный напиток с молоком	116,13159	2,80935	2,81601	16,89286	200,000
Итого:	460,42691	13,46624	18,43130	58,90358	449,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,83333	0,50725	0,10145	10,24638	100,000
Итого:	46,83333	0,50725	0,10145	10,24638	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом 60гр.	75,04272	1,65072	4,16514	5,99605	60,000
Свекольник с мясом курой со сметаной ..	149,59656	5,82826	6,96562	14,07779	200,000
Рыба с овощами в омлете 180 гр.	220,96112	15,02275	13,57380	4,44699	180,000
Компот из сухофруктов.	58,56018	0,45109	0,02435	13,24431	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	52,62772	1,91185	0,34761	12,10837	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,49891	1,88486	0,22322	12,42518	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	614,28721	26,74953	25,29974	62,29869	697,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,26243	3,87783	4,77272	16,25710	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	186,63279	4,49409	4,45859	28,03833	70,000
Итого:	310,89522	8,37192	9,23131	44,29543	220,000
Всего:	1 432,44267	49,09494	53,06380	175,74408	1 466,000

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)