

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

28.04.2026

## Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 28.04.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Омлет натуральный 100 гр.	152,36286	7,94476	10,48048	2,53333	100,000
Сыр 7 гр	22,62857	1,67429	1,72571	0,00000	7,000
Батон с маслом 30/6 гр	118,94190	2,34238	6,24286	16,04190	36,000
Какао с молоком	86,54000	2,33333	2,40667	12,80714	150,000
<b>Итого:</b>	<b>380,47333</b>	<b>14,29476</b>	<b>20,85572</b>	<b>31,38237</b>	<b>293,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100г	43,80952	0,47619	0,09524	9,61905	100,000
<b>Итого:</b>	<b>43,80952</b>	<b>0,47619</b>	<b>0,09524</b>	<b>9,61905</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты с растительным маслом 40 гр.	43,98000	0,66000	2,70381	5,15810	40,000
Суп-лапша с мясом со сметаной ..	110,95381	4,49048	5,56000	8,52619	150,000
Тефтели рыбные 90 гр	146,42238	10,67810	7,39095	5,94952	90,000
Картофельное пюре 130 гр	124,29143	2,57381	3,39190	19,00524	130,000
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр.	59,70905	0,30333	0,00000	14,51381	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>576,80667</b>	<b>21,87572</b>	<b>19,52666</b>	<b>73,62286</b>	<b>607,000</b>
<b>Полдник</b>					
Снежок 150 г	124,30238	3,89381	4,79238	16,32381	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,82857	0,76048	0,89762	5,91381	10,000
Запеканка творожная ..	296,97048	14,05381	18,63238	10,31810	110,000
<b>Итого:</b>	<b>455,10143</b>	<b>18,70810</b>	<b>24,32238</b>	<b>32,55572</b>	<b>270,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 456,19095</b>	<b>55,35477</b>	<b>64,80000</b>	<b>147,18000</b>	<b>1 270,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий  
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.

(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

28.04.2026

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 1 от 28.04.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Омлет натуральный 110 гр.	163,25680	8,63664	11,11907	2,77741	110,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	151,42139	4,99799	7,50973	18,83907	49,000
Какао с молоком	113,24170	3,27039	3,29988	16,06610	200,000
<b>Итого:</b>	<b>427,91989</b>	<b>16,90502</b>	<b>21,92868</b>	<b>37,68258</b>	<b>359,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,17761	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,17761</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
Салат из белокочанной капусты с растительным маслом 60 гр.	57,02193	0,59402	3,66645	6,23602	60,000
Суп-лапша с мясом кури со сметаной.	152,95861	5,22463	7,10788	13,95815	250,000
Тефтели рыбные в соусе 80 гр	136,75950	9,96367	6,26382	6,87008	80,000
Картофельное пюре 130 гр	126,47259	2,63212	3,47714	19,15838	130,000
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр.	71,83170	0,36239	0,00000	17,39089	180,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,73263	2,02459	0,36811	12,82243	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,97297	1,90000	0,22502	12,52502	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
<b>Итого:</b>	<b>658,74993</b>	<b>22,70142</b>	<b>21,10842</b>	<b>88,96097</b>	<b>757,000</b>
<b>Полдник</b>					
Снежок 150 г	125,30436	3,90958	4,81178	16,39012	150,000
Сгущеное молоко 10 гр	33,32201	0,74672	0,88154	5,80772	10,000
Запеканка творожная 120 гр	318,80232	15,25282	19,68900	11,42714	120,000
<b>Итого:</b>	<b>477,42869</b>	<b>19,90912</b>	<b>25,38232</b>	<b>33,62498</b>	<b>280,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 610,27612</b>	<b>60,01556</b>	<b>68,51942</b>	<b>170,36853</b>	<b>1 496,000</b>

Рекомендации по составу домашнего питания в день: фрукты

Заведующий  
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.

(расшифровка подписи)