



Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 15.05.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

| Блюдо | Энергетическая ценность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход блюда, г |
|-----------------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| Завтрак | | | | | |
| Омлет натуральный 100 гр. | 148,03500 | 7,91438 | 10,11063 | 2,52813 | 100,000 |
| Батон с маслом 30/6 гр | 115,38000 | 2,34000 | 5,85000 | 16,03813 | 36,000 |
| Какао с молоком | 86,54000 | 2,33313 | 2,40625 | 12,80750 | 150,000 |
| Итого: | 349,95500 | 12,58751 | 18,36688 | 31,37376 | 286,000 |
| Завтрак второй | | | | | |
| Банан 120 гр | 74,76000 | 1,26000 | 0,08375 | 18,31188 | 120,000 |
| Итого: | 74,76000 | 1,26000 | 0,08375 | 18,31188 | 120,000 |
| Обед | | | | | |
| Зеленый горошек 20гр | 7,87500 | 0,57438 | 0,03500 | 1,16625 | 20,000 |
| Свекольник вегетарианский со сметаной | 71,31063 | 1,10375 | 3,31750 | 8,45625 | 150,000 |
| Плов из мяса кур 150 гр | 176,89313 | 15,36000 | 3,67563 | 15,60188 | 180,000 |
| Компот из сухофруктов. | 57,81500 | 0,36688 | 0,02000 | 13,26625 | 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: | 405,34376 | 20,57501 | 7,52813 | 58,96063 | 547,000 |
| Полдник | | | | | |
| Биойогурт 150 г | 169,50000 | 4,50000 | 4,50000 | 28,50000 | 150,000 |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочным 120г | 103,68625 | 2,68438 | 3,26625 | 14,03688 | 120,000 |
| Пряник 25 гр | 87,50000 | 1,20000 | 0,70000 | 19,42500 | 25,000 |
| Итого: | 360,68625 | 8,38438 | 8,46625 | 61,96188 | 295,000 |
| Всего: | 1 190,74501 | 42,80690 | 34,44501 | 170,60815 | 1 248,000 |

Рекомендации по составу домашнего питания в день: овощи в любом виде

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 15.05.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



| Блюдо | Энергетическая ценность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход блюда, г |
|-----------------------------------------------|-------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| Завтрак | | | | | |
| Омлет натуральный 110 гр. | 161,33464 | 8,58713 | 11,01042 | 2,69690 | 110,000 |
| Батон с маслом 35/6 гр | 125,81632 | 2,66602 | 5,97701 | 18,29460 | 41,000 |
| Какао с молоком | 113,24736 | 3,27084 | 3,30019 | 16,06674 | 200,000 |
| Итого: | 400,39832 | 14,52399 | 20,28762 | 37,05824 | 351,000 |
| Завтрак второй | | | | | |
| Банан 120 гр | 74,30989 | 1,24552 | 0,08303 | 18,10153 | 120,000 |
| Итого: | 74,30989 | 1,24552 | 0,08303 | 18,10153 | 120,000 |
| Обед | | | | | |
| Зеленый горошек 20гр | 7,77165 | 0,56276 | 0,03398 | 1,14234 | 20,000 |
| Свекольник вегетарианский со сметаной | 85,16441 | 1,32954 | 3,76816 | 10,48345 | 200,000 |
| Плов из мяса кур 180 гр | 212,27736 | 16,39950 | 3,83199 | 21,69441 | 180,000 |
| Компот из сухофруктов. | 74,84567 | 0,48881 | 0,02640 | 17,08253 | 200,000 |
| Хлеб ржаной 30 гр. | 56,17241 | 2,04069 | 0,37103 | 12,92437 | 30,000 |
| Хлеб пшеничный 25 гр | 57,97126 | 1,90000 | 0,22502 | 12,52502 | 25,000 |
| Соль 2 гр | 0,00000 | 0,00000 | 0,00000 | 0,00000 | 2,000 |
| Итого: | 494,20276 | 22,72130 | 8,25658 | 75,85212 | 657,000 |
| Полдник | | | | | |
| Биойогурт 150 г | 169,28352 | 4,47701 | 4,47701 | 28,35441 | 150,000 |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150г | 128,56483 | 3,29682 | 4,07494 | 17,13701 | 150,000 |
| Пряник 25 гр | 88,50575 | 1,20920 | 0,70536 | 19,57387 | 25,000 |
| Итого: | 386,35410 | 8,98303 | 9,25731 | 65,06529 | 325,000 |
| Всего: | 1 355,26507 | 47,47384 | 37,88454 | 196,07718 | 1 453,000 |

Рекомендации по составу домашнего питания в день: овощи в любом виде

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)