

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

21.05.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 21.05.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	120,57000	3,14750	5,23083	14,28583	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03833	36,000
Какао с молоком	86,54000	2,33333	2,40667	12,80750	150,000
Итого:	322,49000	7,82083	13,48750	43,13166	336,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,51250	0,42250	0,42250	12,46083	120,000
Итого:	47,51250	0,42250	0,42250	12,46083	120,000
Обед					
Суп из овощей со сметаной 0,150	75,24000	1,17167	4,08750	7,17917	150,000
Суфле из рыбы 70 гр	87,20417	6,81750	4,44583	2,61583	70,000
Каша гречневая рассыпчатая 120 г	115,30333	3,06250	3,45833	18,83583	120,000
Компот из кураги и изюма 150 гр	46,95500	0,23417	0,00000	11,48583	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:	416,15250	14,45584	12,47166	60,58666	537,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,29250	3,89417	4,79250	16,32417	150,000
Повидло 10г	25,20833	0,04000	0,00000	6,65250	10,000
Запеканка творожная ..	296,88500	13,98750	18,65500	10,34417	110,000
Итого:	446,38583	17,92167	23,44750	33,32084	270,000
Всего:	1 232,54083	40,62084	49,82916	149,49999	1 263,000

Рекомендации по составу 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 21.05.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180г	132,02504	3,32511	6,03795	14,52817	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	127,79863	2,73194	6,00270	18,75094	41,000
Какао с молоком	112,75741	3,24309	3,28140	16,02971	200,000
Итого:	372,58108	9,30014	15,32205	49,30882	421,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,82788	0,42342	0,42342	12,49068	120,000
Итого:	47,82788	0,42342	0,42342	12,49068	120,000
Обед					
Суп из овощей со сметаной 0,180	85,40971	1,26374	4,92201	7,46701	180,000
Суфле из рыбы 80 гр	99,32327	7,65701	4,87478	3,36011	80,000
Каша гречневая рассыпчатая 120 г	131,01748	3,55525	3,66752	21,87687	120,000
Компот из кураги и изюма 180 гр	65,67784	0,28086	0,00000	15,96205	180,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,38849	1,93964	0,35266	12,28439	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,04083	1,90273	0,22532	12,54302	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	492,85762	16,59923	14,04229	73,49345	617,000
Полдник					
Снежок 150 г	125,06428	3,90309	4,80381	16,36299	150,000
Повидло 10г	24,81115	0,03971	0,00000	6,55025	10,000
Запеканка творожная 120 гр	313,38004	15,18658	19,19871	11,41906	120,000
Итого:	463,25547	19,12938	24,00252	34,33230	280,000
Всего:	1 376,52205	45,45217	53,79028	169,62525	1 438,000

Рекомендации по составу питания в день: овощи в любом виде

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)