

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.



Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 27.05.2026, 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.	146,91357	7,82786	10,03786	2,52286	100,000
Сыр 7 гр	22,62857	1,67429	1,72571	0,00000	7,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03786	36,000
Кофейный напиток с молоком	87,85000	2,10286	2,11214	12,87714	150,000
Итого:	372,77214	13,94501	19,72571	31,43786	293,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,50714	0,42214	0,42214	12,46071	120,000
Итого:	47,50714	0,42214	0,42214	12,46071	120,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом.	24,28500	0,46000	1,93571	1,98429	45,000
Суп крестьянский со сметаной	73,04143	1,17500	3,34143	8,39571	150,000
Плов из мяса кур 150 гр	192,27500	14,49143	3,60429	19,98929	180,000
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр,	59,99786	0,30357	0,00000	14,51357	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:	441,04929	19,60000	9,36143	65,35286	572,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,32214	3,89357	4,79214	16,32357	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 120г	107,89000	2,89643	3,52929	13,70857	120,000
Пряник 30 гр	105,00000	1,44000	0,84000	23,31000	30,000
Итого:	337,21214	8,23000	9,16143	53,34214	300,000
Всего:	1 198,54071	42,19715	38,67071	162,59357	1 285,000

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 27.05.2026, 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.	163,15838	8,67256	11,09977	2,82128	110,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	150,88481	4,97199	7,48974	18,76515	49,000
Кофейный напиток с молоком	116,54143	2,81861	2,81602	16,93508	200,000
Итого:	430,58462	16,46316	21,40553	38,52151	359,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	48,13985	0,42609	0,42609	12,57011	120,000
Итого:	48,13985	0,42609	0,42609	12,57011	120,000
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом.	26,83650	0,52342	2,05143	2,33752	60,000
Суп крестьянский со сметаной	93,08308	1,51331	4,07831	11,10120	200,000
Плов из мяса кур 180 гр	218,03929	16,45665	3,84342	22,92180	180,000
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр.	71,70838	0,36195	0,00000	17,36289	180,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,45677	2,01474	0,36632	12,76000	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	56,40395	1,84857	0,21891	12,18598	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	521,52797	22,71864	10,55839	78,66939	677,000
Полдник					
Снежок 150 г	123,78233	3,86222	4,75353	16,19165	150,000
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	132,44568	3,52793	4,41726	16,59786	150,000
Пряник 35 гр	126,05263	1,72241	1,00474	27,88147	35,000
Итого:	382,28064	9,11256	10,17553	60,67098	335,000
Всего:	1 382,53308	48,72045	42,56554	190,43199	1 491,000

Рекомендации по составу питания в день: овощи в любом виде

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)