



Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 28.05.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
автрак					
аша геркулесовая молочная с маслом пивочным 150г	120,44533	3,14800	5,23067	14,28600	150,000
сыр 7 гр	22,76267	1,67467	1,72600	0,00000	7,000
хлеб с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03800	36,000
какао с молоком	86,54000	2,33267	2,40667	12,80733	150,000
того:	345,12800	9,49534	15,21334	43,13133	343,000
автрак второй					
блин 120 гр	47,52000	0,42267	0,42267	12,46067	120,000
того:	47,52000	0,42267	0,42267	12,46067	120,000
обед					
салат из отварного картофеля, кукурузы и с растител. маслом 40гр.	53,74667	0,70533	2,47067	5,95933	40,000
суп картофельный с курой бобовыми со метаной	111,01800	4,35333	6,01933	7,64800	150,000
запеканка из рыбы с морковью	150,64333	13,04867	6,33667	7,45933	150,000
компот из сухофруктов.	57,88667	0,36667	0,02000	13,26600	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
того:	472,67134	21,75133	16,09467	54,92533	670,000
полдник					
кефир 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
доба обыкновенная 70 гр	171,13733	4,19933	4,45533	25,00467	70,000
того:	340,63733	8,69933	8,95533	53,50467	220,000
того:	1 205,95667	40,36867	40,68601	164,02200	1 353,000

Рекомендации по составу питания в день: полноценный ужин

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

28.05.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 28.05.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
автрак					
аша геркулесовая молочная с маслом пивочным 180г	134,31992	3,39047	6,04890	15,08682	180,000
атон с маслом, сыром 35/5/9 гр	149,64173	4,87647	7,39008	18,77863	49,000
акао с молоком	113,47086	3,28369	3,30886	16,08392	200,000
того:	397,43251	11,55063	16,74784	49,94937	429,000
автрак второй					
блоко 120 гр	48,47647	0,42902	0,42902	12,65627	120,000
того:	48,47647	0,42902	0,42902	12,65627	120,000
обед					
салат из отварного картофеля, кукурузы и с растител. маслом 60гр.	80,11114	1,03886	3,71098	8,78827	60,000
суп картофельный с курой бобовыми со метаной	116,44980	4,98616	5,55302	9,19643	180,000
апеканка из рыбы с морковью	157,35224	13,04792	6,45212	8,09549	180,000
компот из сухофруктов.	74,86725	0,48878	0,02639	17,08608	200,000
леб ржаной 30 гр.	54,12255	1,96576	0,35741	12,44984	30,000
леб пшеничный 25 гр	58,65588	1,92235	0,22765	12,67235	25,000
молоко 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
того:	551,59984	23,56999	17,18592	68,42579	827,000
полдник					
кефир 150 г	171,71569	4,54118	4,54118	28,76078	150,000
доба обыкновенная 70 гр	194,43271	4,73694	4,48949	29,50788	70,000
того:	366,14840	9,27812	9,03067	58,26866	220,000
итого:	1 363,65722	44,82776	43,39345	189,30009	1 596,000

Рекомендации по составу питания в день: полноценный ужин



Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 29.05.2026, 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 из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливочным маслом.	148,94750	3,75188	5,52688	18,69563	150,000
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:	350,86750	8,42501	13,78313	47,54126	336,000
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 белокочанной капусты с растительным маслом 40 гр.	44,25188	0,66000	2,70438	5,15813	40,000
Суп-лапша с мясом со сметаной ..	115,00313	5,23375	5,69500	8,40375	150,000
Суфле из печени 80 гр	135,98313	14,91813	6,01625	2,43438	80,000
Картофельное пюре 130 гр	127,59938	2,57563	3,71563	19,00875	130,000
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:	572,10252	26,92439	18,63126	68,74126	597,000
Полдник					
Повидло 10г	25,15625	0,04063	0,00000	6,65250	10,000
Запеканка творожная ..	300,47938	14,18750	18,91500	10,35625	110,000
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	8,85500	150,000
Итого:	362,58813	14,22813	18,91500	25,86375	270,000
Всего:	1 331,55815	50,07753	51,42939	152,24627	1 303,000

Рекомендации по составу питания на день: Фрукты

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

29.05.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 29.05.2026, 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 из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливоч. маслом	199,85583	4,72000	7,71944	24,36731	200,000
Батон с маслом 35/6 гр	128,76250	2,71699	6,14167	18,64273	41,000
Какао с молоком	113,34468	3,27125	3,30046	16,06722	200,000
Итого:	441,96301	10,70824	17,16157	59,07726	441,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,85185	0,50694	0,10139	10,24028	100,000
Итого:	46,85185	0,50694	0,10139	10,24028	100,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с растительным маслом 60 гр.	60,33542	0,59398	4,02903	6,23597	60,000
Суп-лапша с мясом со сметаной ..	149,72606	6,58204	7,40199	11,05991	200,000
Суфле из печени 80 гр	145,20662	16,13037	6,31847	2,44074	80,000
Картофельное пюре 130 гр	134,57991	2,81190	3,57398	20,76167	130,000
Компот из сухофруктов.	74,90519	0,48880	0,02639	17,08255	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,30556	2,00750	0,36500	12,71417	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	58,60556	1,91935	0,22731	12,65259	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	678,66432	30,53394	21,94217	82,94760	727,000
Полдник					
Повидло 10г	24,80324	0,03968	0,00000	6,54722	10,000
Запеканка творожная 120 гр	317,36940	15,19514	19,52954	11,41245	120,000
Чай с сахаром.	49,39282	0,00000	0,00000	11,78111	200,000
Итого:	391,56546	15,23482	19,52954	29,74078	330,000
Всего:	1 559,04464	56,98394	58,73467	182,00592	1 598,000

Рекомендации по составу питания на день: Фрукты

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)