

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 08.06.2026, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21450	4,30300	14,39000	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03800	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,55000	0,98700	1,05600	8,41550	150,000
Итого:	287,34000	6,54150	11,20900	38,84350	336,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Зеленый горошек 25 гр	9,82000	0,71500	0,04300	1,45100	25,000
Щи вегетарианские со сметаной	66,14400	1,27300	3,29150	7,15550	150,000
Котлета мясная 60 гр	172,97300	12,76500	10,77900	2,10100	60,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	126,90600	2,94950	2,80950	20,47300	130,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36650	0,02000	13,26600	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,75000	1,90000	0,22500	12,52500	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
Итого:	545,70800	21,94900	17,52800	69,51150	573,000
Полдник					
Ряженка 150 г	125,79000	4,49300	8,98550	6,14000	150,000
Запеканка из творога с яблоками 100	295,95000	11,25300	19,95550	18,46800	100,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,76000	0,76050	0,89750	5,91350	10,000
Итого:	455,50000	16,50650	29,83850	30,52150	260,000
Всего:	1 334,54800	45,49700	58,67550	148,97650	1 269,000

Рекомендации по составу питания в день: фрукты , овощи в любом виде.

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 08.06.2026, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 180г	152,61518	4,04327	5,20180	18,35024	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	126,59380	2,69045	5,98653	18,46371	41,000
Чай с молоком 180гр	87,56596	2,36882	2,53441	12,02294	180,000
Итого:	366,77494	9,10254	13,72274	48,83689	401,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,93878	0,50816	0,10163	10,26490	100,000
Итого:	46,93878	0,50816	0,10163	10,26490	100,000
Обед					
Зеленый горошек 25 гр	9,67020	0,69992	0,04229	1,42078	25,000
Щи вегетарианские со сметаной	82,84408	1,60624	4,08388	9,05539	200,000
Котлета мясная 80 гр	208,08600	15,21188	12,91539	2,80180	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	155,50265	3,42478	3,96678	23,75016	130,000
Компот из сухофруктов.	74,86433	0,48882	0,02641	17,08253	200,000
Хлеб ржаной 35 гр	65,75102	2,38812	0,43420	15,12478	35,000
Хлеб пшеничный 25 гр	56,87314	1,86339	0,22065	12,28371	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	653,59142	25,68315	21,68960	81,51915	697,000
Полдник					
Ряженка 150 г	126,34629	4,49327	8,98653	6,14082	150,000
Запеканка из творога с яблоками 120	351,66800	13,27171	23,60102	21,91490	120,000
Сгущенное молоко 10 гр	35,36980	0,79249	0,93555	6,16376	10,000
Итого:	513,38409	18,55747	33,52310	34,21948	280,000
Всего:	1 580,68923	53,85132	69,03707	174,84042	1 478,000

Рекомендации по составу питания в день : фрукты , овощи в любом виде.

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)