

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

09.06.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 09.06.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 110 гр.	162,41111	8,64556	11,07111	2,77722	110,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03778	36,000
Сыр 7 гр	22,68444	1,67444	1,72611	0,00000	7,000
Кофейный напиток с молоком 150 гр	78,37500	2,10222	2,11222	10,60611	150,000
Итого:	378,85055	14,76222	20,75944	29,42111	303,000
Завтрак второй					
Банан 130 гр	80,99000	1,36500	0,09111	19,83778	130,000
Итого:	80,99000	1,36500	0,09111	19,83778	130,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом.	48,65000	1,10500	3,06611	5,54500	60,000
Суп крестьянский с мясом со сметаной	106,57389	4,61111	5,22278	8,29500	150,000
Тефтели рыбные в соусе 80 гр	122,96667	8,12056	5,66611	7,01056	80,000
Картофельное пюре 130 гр	123,14444	2,57222	3,26222	19,00444	130,000
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр.	59,93167	0,30333	0,00000	14,51389	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
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:	561,76667	20,21222	17,75722	76,92889	622,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,31556	3,89389	4,79222	16,32389	150,000
Ватрушка со сметаной 60 гр	255,60889	5,87167	9,29500	31,30389	60,000
Итого:	379,92445	9,76556	14,08722	47,62778	210,000
Всего:	1 401,53167	46,10500	52,69499	173,81556	1 265,000

Рекомендации по составу питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 09.06.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 120 гр.	177,51085	9,42252	12,07012	3,03203	120,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	149,27301	4,89581	7,43480	18,51085	49,000
Кофейный напиток с молоком 200 гр	104,60041	2,79614	2,81602	14,10797	200,000
Итого:	431,38427	17,11447	22,32094	35,65085	369,000
Завтрак второй					
Банан 110 гр	72,70142	1,21862	0,08126	17,71028	110,000
Итого:	72,70142	1,21862	0,08126	17,71028	110,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом.	47,73882	1,15390	2,88780	5,58894	60,000
Суп крестьянский с мясом со сметаной	129,99061	5,48967	6,04663	11,05183	200,000
Тефтели рыбные в соусе 80 гр	121,47427	8,04220	5,65272	6,68386	80,000
Картофельное пюре 130 гр	125,43150	2,58187	3,42337	19,07663	130,000
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр.	71,87419	0,36244	0,00000	17,39744	180,000
Хлеб ржаной 35 гр	62,24634	2,26037	0,41098	14,31565	35,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,98476	1,90000	0,22500	12,52500	25,000
Соль 2 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	2,000
Итого:	616,74049	21,79045	18,64650	86,63935	712,000
Полдник					
Снежок 150 г	125,34687	3,91000	4,81232	16,39191	150,000
Ватрушка со сметаной 60 гр	250,58411	5,60394	8,90081	31,11000	60,000
Итого:	375,93098	9,51394	13,71313	47,50191	210,000
Всего:	1 496,75716	49,63748	54,76183	187,50239	1 401,000

Рекомендации по составу питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)