

Утверждаю
И.А. ДОУ
ДЕТСКИЙ
№ 45
15.06.2022

5106 2026

ТРЕБ. дети № 2 от 15.06.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5

Рекомендации по составу питания в день: овощи в любом виде

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

15.06.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 15.06.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным 180г	169,23207	4,56241	5,35315	21,21261	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	125,41477	2,65154	5,97137	18,19436	41,000
Чай с сахаром.	49,47444	0,00000	0,00000	11,80635	200,000
Итого:	344,12128	7,21395	11,32452	51,21332	421,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	47,71784	0,51660	0,10332	10,43527	100,000
Итого:	47,71784	0,51660	0,10332	10,43527	100,000
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	30,45726	0,72743	0,13618	5,77452	30,000
Щи вегетарианские со сметаной	80,87929	1,61954	3,86739	9,10112	200,000
Котлета мясная 80 гр	208,38539	15,22531	12,92979	2,82361	80,000
Макаронные изделия отварные 130 гр.	155,50519	3,42440	3,96676	23,74780	130,000
Компот из яблок 200г	61,68830	0,07369	0,06896	14,77328	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	52,49751	1,90606	0,34656	12,07170	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	55,35373	1,81328	0,21473	11,95332	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	644,76667	24,78971	21,53037	80,24535	700,000
Полдник					
Ряженка 150 г	126,66224	4,50427	9,00855	6,15585	150,000
Сгущенное молоко 10 гр	31,53527	0,70610	0,83361	5,49199	10,000
Запеканка творожная 120 гр	314,45946	15,04585	19,39266	11,31714	120,000
Итого:	472,65697	20,25622	29,23482	22,96498	280,000
Всего:	1 509,26276	52,77648	62,19303	164,85892	1 501,000

Рекомендации по составу питания в день: овощи в любом виде

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)