

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

01.09.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 01.09.2026, 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 геркулеса молочная	143,86000	4,48833	5,74000	18,04667	150,000
("Дружба 3") со сливоч. маслом					
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03833	36,000
Сыр 7 гр	22,88000	1,67500	1,72667	0,00000	7,000
Кофейный напиток с молоком	87,85000	2,10167	2,11167	12,87667	150,000
Итого:	369,97000	10,60500	15,42834	46,96167	343,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 120 г	61,33333	0,66667	0,13333	13,46667	120,000
Итого:	61,33333	0,66667	0,13333	13,46667	120,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты и	36,81000	0,77333	2,29500	3,99667	45,000
моркови с растительным маслом 45 гр					
Суп-лапша с мясом куры со сметаной.	107,78167	3,16333	4,74000	11,26500	200,000
Рыба с овощами в омлете 180 гр.	200,04500	12,92667	12,39000	4,66500	180,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36667	0,02000	13,26667	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	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
Итого:	502,95167	20,73000	19,98500	55,75334	628,000
Полдник					
Снежок 150 г	124,36167	3,89333	4,79167	16,32333	150,000
Шанежка с картофелем*1	164,52667	4,14333	5,59000	20,82667	60,000
Итого:	288,88834	8,03666	10,38167	37,15000	210,000
Всего:	1 223,14334	40,03833	45,92834	153,33168	1 301,000

Рекомендации по составу питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

01.09.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 01.09.2026, 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 геркулеса молочная	198,02228	5,89553	8,27996	23,87582	200,000
("Дружба 3") со сливоч. маслом					
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	148,56084	4,85325	7,39679	18,44764	49,000
Кофейный напиток с молоком	116,14257	2,80958	2,81599	16,89401	200,000
Итого:	462,72569	13,55836	18,49274	59,21747	449,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 120 г	56,28692	0,60928	0,12186	12,30751	120,000
Итого:	56,28692	0,60928	0,12186	12,30751	120,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты и	45,21848	0,85000	3,04700	4,64802	60,000
моркови с растительным маслом.					
Рыба с овощами в омлете 180 гр.	209,23738	13,90726	12,88797	4,41017	180,000
Суп-лапша с мясом куры со сметаной	121,45574	4,07662	5,58785	11,30608	200,000
200 гр					
Компот из сухофруктов.	74,78127	0,48776	0,02633	17,06181	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,23080	1,93266	0,35139	12,24017	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	55,36203	1,81342	0,21477	11,95426	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	559,28570	23,06772	22,11531	61,62051	700,000
Полдник					
Снежок 150 г	121,27105	3,78169	4,65439	15,85405	150,000
Шанежка с картофелем 70 гр	215,74316	5,30346	6,27477	29,76840	70,000
Итого:	337,01421	9,08515	10,92916	45,62245	220,000
Всего:	1 415,31252	46,32051	51,65907	178,76794	1 489,000

Рекомендации по составу питания в день: полноценный ужин

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)