Утверждаю
АСАТОВА Г.Р.
08.09.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 08.09.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 100 гр.	146,33333	7,71444	9,94222	2,51667	100,000
Сыр 6 гр	19,55556	1,43556	1,47889	0,00000	6,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03778	36,000
Кофейный напиток с молоком	88,06111	2,10333	2,11222	12,87667	150,000
Итого:	**369,33000**	**13,59333**	**19,38333**	**31,43112**	**292,000**
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					
Свекольник вегетарианский со сметаной	78,62111	1,35667	3,33444	10,33778	150,000
Каша гречневая рассыпчатая с мясом и овощами	311,02000	14,90889	16,54667	22,10222	180,000
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр,	59,72111	0,30333	0,00000	14,51333	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:	**549,86222**	**20,06889**	**20,42111**	**69,51333**	**533,000**
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	249,57111	6,72444	4,90111	39,42556	70,000
Итого:	**419,07111**	**11,22444**	**9,40111**	**67,92556**	**220,000**
Всего:	**1 384,26333**	**45,38666**	**49,30555**	**178,97001**	**1 145,000**

Рекомендации по составу питания в день: полноценный ужин, овощи в любом виде

Заведующий (должность) (подпись) АСАТОВА Г.Р. (расшифровка подписи)

Утверждаю
АСАТОВА Г.Р.
08.09.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 08.09.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 120 гр.	178,02241	9,44731	12,09614	3,06924	120,000
Батон с маслом, сыром 35/5/9 гр	149,74900	4,82859	7,31277	19,08032	49,000
Кофейный напиток с молоком	115,68687	2,79932	2,81598	16,84707	200,000
Итого:	**443,45828**	**17,07522**	**22,22489**	**38,99663**	**369,000**
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,36948	0,50201	0,10040	10,14056	100,000
Итого:	**46,36948**	**0,50201**	**0,10040**	**10,14056**	**100,000**
Обед					
Свекольник вегетарианский со сметаной	97,72659	1,76699	3,78257	13,69056	200,000
Каша гречневая рассыпчатая с мясом и овощами	337,00116	16,16884	17,31080	25,02811	180,000
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр,	71,92771	0,36378	0,00000	17,41602	180,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,73614	1,98795	0,36145	12,59036	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,93554	1,89847	0,22482	12,51494	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	**619,32714**	**22,18603**	**21,67964**	**81,23999**	**620,000**
Полдник					
Биойогурт 150 г	168,59237	4,45783	4,45783	28,23293	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	237,17494	6,03390	4,64329	37,71490	70,000
Итого:	**405,76731**	**10,49173**	**9,10112**	**65,94783**	**220,000**
Всего:	**1 514,92221**	**50,25499**	**53,10605**	**196,32501**	**1 309,000**

Рекомендации по составу питания в день: полноценный ужин, овощи в любом виде

Заведующий (должность) (подпись) АСАТОВА Г.Р. (расшифровка подписи)