Утверждаю АСАТОВА Г.Р.
14.10.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 14.10.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	106,87875	3,56750	4,48750	11,40563	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03813	36,000
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	8,85500	150,000
Итого:	**259,21125**	**5,90750**	**10,33750**	**36,29876**	**336,000**
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					
Салат из помидоров 45 гр	31,52125	0,56125	2,34625	2,45750	45,000
Суп из овощей вегетарианский со сметаной•1	67,77750	1,18313	3,33938	7,19063	150,000
Каша гречневая рассыпчатая с мясом и овощами 180г	294,58875	13,84500	15,78938	20,92688	180,000
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,36688	0,02000	13,26625	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:	**552,20250**	**19,45626**	**22,03501**	**66,40126**	**578,000**
Полдник					
Биойогурт 150 г	169,50000	4,50000	4,50000	28,50000	150,000
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 120г	103,68625	2,68438	3,26625	14,03688	120,000
Пряник 30 гр	105,00000	1,44000	0,84000	23,31000	30,000
Итого:	**378,18625**	**8,62438**	**8,60625**	**65,84688**	**300,000**
Всего:	**1 235,60000**	**34,48814**	**41,07876**	**178,64690**	**1 314,000**

Рекомендации по составу питания в день: овощи в любом виде

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

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

14.10.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 14.10.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	146,11647	4,77424	6,22688	15,32346	200,000
Батон с маслом 35/6 гр	124,71970	2,63056	5,96320	18,04914	41,000
Чай с сахаром.	49,45316	0,00000	0,00000	11,80636	200,000
Итого:	**320,28933**	**7,40480**	**12,19008**	**45,17896**	**441,000**
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,85502	0,50743	0,10149	10,25019	100,000
Итого:	**46,85502**	**0,50743**	**0,10149**	**10,25019**	**100,000**
Обед					
Салат из помидоров 45 гр	31,29204	0,54164	2,34301	2,37572	45,000
Суп из овощей вегетарианский со сметаной•1	85,81041	1,51900	4,05587	9,48643	200,000
Каша гречневая рассыпчатая с мясом и овощами 180г	302,19636	14,17532	15,36788	23,25569	180,000
Компот из сухофруктов.	73,87807	0,46699	0,02520	16,88770	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	53,62714	1,94810	0,35420	12,33799	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,79294	1,89435	0,22435	12,48777	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	**604,59696**	**20,54540**	**22,37051**	**76,83130**	**685,000**
Полдник					
Биойогурт 150 г	170,55019	4,51115	4,51115	28,57063	150,000
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150г	125,90156	3,20230	4,02186	16,73439	150,000
Пряник 30 гр	104,34944	1,42572	0,83167	23,07892	30,000
Итого:	**400,80119**	**9,13917**	**9,36468**	**68,38394**	**330,000**
Всего:	**1 372,54250**	**37,59680**	**44,02676**	**200,64439**	**1 556,000**

Рекомендации по составу питания в день: овощи в любом виде

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