

Утверждаю

АСАТОВА Г.Р.

15.10.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 15.10.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Ясли, 5 д. 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	135,82000	3,66500	5,50313	17,27563	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03813	36,000
Какао с молоком	86,54000	2,33313	2,40625	12,80750	150,000
Итого:	337,74000	8,33813	13,75938	46,12126	336,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,53125	0,42250	0,42250	12,46063	120,000
Итого:	47,53125	0,42250	0,42250	12,46063	120,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с кукурузой с растительным маслом 40 гр.	46,60188	0,68438	2,72750	5,45500	40,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	110,63375	3,99313	2,88063	15,78188	200,000
Каша рисовая рассыпчатая 130г	131,18000	0,21375	2,70438	21,21000	130,000
Биточки (котлеты) из мяса кур 70 гр	170,74125	9,54313	8,17313	10,83688	70,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	89,53000	0,00000	0,00000	20,67375	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:	649,18688	17,93439	17,02564	96,51751	643,000
Полдник					
Кефир 150 г	83,86000	4,19313	4,79250	6,14000	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	188,20938	4,74813	4,50375	28,24938	70,000
Итого:	272,06938	8,94126	9,29625	34,38938	220,000
Всего:	1 306,52751	35,63628	40,50377	189,48878	1 319,000

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

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)

Утверждаю: АСАТОВА Г.Р.

15.10.2026

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 1 от 15.10.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180г	156,55853	4,15046	6,46228	19,38595	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	127,80232	2,73104	6,00236	18,74494	41,000
Какао с молоком	113,31506	3,27475	3,30286	16,07197	200,000
Итого:	397,67591	10,15625	15,76750	54,20286	421,000
Завтрак второй					
Яблоко 120 гр	47,85116	0,42347	0,42347	12,49286	120,000
Итого:	47,85116	0,42347	0,42347	12,49286	120,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом 60 гр.	60,40737	1,04270	3,02093	8,18575	60,000
Суп гороховый со сметаной 200 гр	99,49541	3,72100	2,92815	13,17815	200,000
Биточки (котлеты) из мяса кур 80 гр	194,82965	10,80058	9,29236	12,23440	80,000
Каша рисовая рассыпчатая 130г	150,11938	0,24653	2,88039	24,63054	130,000
Кисель из концентрата плодового или ягодного	107,60541	0,00000	0,00000	24,68386	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	55,69768	2,02332	0,36788	12,81436	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,97297	1,90000	0,22502	12,52502	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	726,12787	19,73413	18,71473	108,25208	730,000
Полдник					
Кефир 150 г	84,08649	4,18745	4,78568	6,13166	150,000
Сдоба обыкновенная 70 гр	185,45622	4,45927	4,45471	27,80004	70,000
Итого:	269,54271	8,64672	9,24039	33,93170	220,000
Всего:	1 441,19765	38,96057	44,14609	208,87950	1 491,000

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

Заведующий
(должность)

(подпись)

АСАТОВА Г.Р.
(расшифровка подписи)