Утверждаю АСАТОВА Г.Р.

19.10.2026

МАДОУ «Детский сад № 45»

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 2 от 19.10.2026, 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 пшенная молочная с маслом сливочным 150г	121,41000	3,21476	4,30333	14,39000	150,000
Батон с маслом 30/6 гр	115,38000	2,34000	5,85000	16,03810	36,000
Чай с молоком 150 гр	50,65429	0,98714	1,05619	8,41524	150,000
Итого:	**287,44429**	**6,54190**	**11,20952**	**38,84334**	**336,000**
Завтрак второй					
Сок фруктовый 120 г	56,95238	0,61905	0,12381	12,50476	120,000
Итого:	**56,95238**	**0,61905**	**0,12381**	**12,50476**	**120,000**
Обед					
Суп картофельный с бобовыми 0,150	63,15000	0,95619	2,78190	7,58048	150,000
Котлета мясная 70 гр	187,33048	13,74190	11,65286	2,45190	70,000
Рагу из овощей 130 гр	77,17810	1,79190	2,32762	11,76714	130,000
Компот из сухофруктов.	57,86619	0,36667	0,02000	13,26619	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:	**486,02477**	**20,35666**	**17,32238**	**57,62571**	**553,000**
Полдник					
Ряженка 150 г	125,80000	4,49286	8,98571	6,14000	150,000
Запеканка из творога с яблоками 100	290,83000	11,17571	19,88143	17,23857	100,000
Сгущеное молоко 10 гр	33,82857	0,76048	0,89762	5,91381	10,000
Итого:	**450,45857**	**16,42905**	**29,76476**	**29,29238**	**260,000**
Всего:	**1 280,88001**	**43,94666**	**58,42047**	**138,26619**	**1 269,000**

Рекомендации по составу питания в день: Фрукты

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

Утверждаю
АСАТОВА Г.Р.
19.10.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 19.10.2026, 9.ДОУ 45 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным 180г	163,33393	4,38297	5,30493	20,20800	180,000
Батон с маслом 35/6 гр	127,44683	2,72103	5,99845	18,67545	41,000
Чай с молоком 180гр	87,72028	2,37814	2,54441	12,03810	180,000
Итого:	**378,50104**	**9,48214**	**13,84779**	**50,92155**	**401,000**
Завтрак второй					
Сок фруктовый 120 г	55,51724	0,60138	0,12028	12,14786	120,000
Итого:	**55,51724**	**0,60138**	**0,12028**	**12,14786**	**120,000**
Обед					
Суп картофельный с бобовыми 0,200	81,79434	1,20876	3,69831	9,58855	200,000
Котлета мясная 80 гр	206,84152	15,13124	12,85883	2,72476	80,000
Рагу из овощей 130 гр	84,15210	1,71645	3,33455	11,07590	130,000
Компот из сухофруктов.	74,11693	0,47734	0,02579	16,93314	200,000
Хлеб ржаной 30 гр.	52,86448	1,92083	0,34924	12,16524	30,000
Хлеб пшеничный 25 гр	57,94914	1,90000	0,22500	12,52500	25,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	**557,71851**	**22,35462**	**20,49172**	**65,01259**	**670,000**
Полдник					
Ряженка 150 г	125,77117	4,47572	8,95145	6,11683	150,000
Запеканка из творога с яблоками 120	348,54172	13,28986	23,72021	20,70779	120,000
Сгущеное молоко 10 гр	33,78759	0,75745	0,89421	5,89134	10,000
Итого:	**508,10048**	**18,52303**	**33,56587**	**32,71596**	**280,000**
Всего:	**1 499,83727**	**50,96117**	**68,02566**	**160,79796**	**1 471,000**

Рекомендации по составу питания в день: фрукты

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