

07.03.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 07.03.2025, 7.ДОУ 182, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом .	189,79346	5,37243	7,98477	23,10701	180,000
Батон 40 гр	98,72196	3,20598	1,24907	22,19178	40,000
Масло сливочное 5гр	38,09907	0,02523	4,16355	0,04037	5,000
Чай 180 гр,	34,42879	0,00000	0,00000	8,17364	180,000
Итого:	361,04328	8,60364	13,39739	53,51280	405,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,42991	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,42991	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	60,28495	0,72103	3,05206	5,95664	50,000
Щи на мясном бульоне (воде) со сметаной 180г.	52,84579	1,23850	2,42981	6,11196	180,000
Гуляш из отварного мяса 70г	105,97682	10,09131	8,80336	4,16299	70,000
Каша перловая 130 гр	191,20449	3,96252	4,84589	30,22439	130,000
Компот из сухофруктов 180гр	67,73822	0,43991	0,02374	15,37430	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	78,32056	2,83121	0,51477	17,93103	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	556,37083	19,28448	19,66963	79,76131	655,000
15:00					
Кефир 150 г	85,78991	4,24879	4,85579	6,22150	150,000
Итого:	85,78991	4,24879	4,85579	6,22150	150,000
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	200,89533	6,05664	5,29963	28,27495	130,000
Чай 180 гр,	34,42879	0,00000	0,00000	8,17364	180,000
Хлеб пшеничный 20 гр	47,27944	1,54131	0,18252	10,16047	20,000
Итого:	282,60356	7,59795	5,48215	46,60906	330,000
Всего:	1 332,23749	40,23486	43,50496	196,20467	1 640,000

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

07.03.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 07.03.2025, 7.ДОУ 182, Ясли, 5 д.10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	124,40000	3,67074	5,24963	15,13593	150,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02519	4,12519	0,04000	5,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Чай 180 гр.	34,11000	0,00000	0,00000	8,17370	180,000
Итого:	266,41000	6,00593	10,27482	39,33963	365,000
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 отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 30гр.	41,57296	0,56852	1,85704	4,75370	30,000
Щи на мясном бульоне (воде) со сметаной.	51,44000	1,30815	2,29667	6,13148	150,000
Гуляш из отварного мяса 50г	74,83037	7,20630	6,28333	2,96222	50,000
Каша перловая 110 гр	159,79111	3,35259	4,05667	25,57630	110,000
Компот из сухофруктов 150 гр.	46,48481	0,36667	0,01963	10,54148	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
Итого:	428,41925	14,78223	14,87334	62,50518	523,000
15:00					
Кефир 140 г	78,27556	3,91370	4,47296	5,73074	140,000
Итого:	78,27556	3,91370	4,47296	5,73074	140,000
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 110 гр	170,55185	5,33741	3,96815	25,51148	110,000
Чай 150 гр.	28,49519	0,00000	0,00000	6,81148	150,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	222,14704	6,09741	4,05815	37,33296	270,000
Всего:	1 041,25185	31,29927	33,77927	155,00851	1 398,000

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139460032

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 04.03.2025 по 04.03.2026