



Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

12.03.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 12.03.2025, 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 .	190,49857	5,39923	7,99549	23,15055	180,000
Масло сливочное 5гр	37,97538	0,02516	4,14319	0,04022	5,000
Батон 40 гр	95,03297	3,08000	1,20000	21,32000	40,000
Чай 180 гр,	34,48484	0,00000	0,00000	8,17363	180,000
Итого:	357,99176	8,50439	13,33868	52,68440	405,000
Обед					
Салат из квашеной капусты с луком 50 гр	53,37132	1,06934	3,04703	6,45176	50,000
Рассольник со сметаной 180гр	70,77934	1,31319	2,51527	9,57637	180,000
Тефтели рыбные 70 гр	122,23868	10,71835	3,40571	4,57132	70,000
Картофельное пюре 130 гр	132,35879	2,66989	3,82242	19,45330	130,000
Компот из сухофруктов 180гр	67,83308	0,43989	0,02374	15,37429	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	73,19560	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	519,77681	18,85066	13,29417	72,14704	655,000
15:00					
Кефир 150 г	85,44000	4,22396	4,82747	6,18516	150,000
Итого:	85,44000	4,22396	4,82747	6,18516	150,000
Полдник					
Запеканка из творога с морковью 150 гр	430,21725	17,23066	30,47912	21,06626	150,000
Джем 15 г	42,19615	0,06297	0,00000	10,94626	15,000
Чай 180 гр,	34,48484	0,00000	0,00000	8,17363	180,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,70769	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	553,60593	18,81363	30,65912	50,20615	365,000
Всего:	1 516,81450	50,39264	62,11944	181,22275	1 575,000

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

12.03.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 12.03.2025, 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	113,05364	2,97909	4,28455	15,73091	150,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02545	4,12545	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	8,17364	180,000
Итого:	255,06364	5,31454	9,31000	39,93455	365,000
Обед					
Салат из квашеной капусты с луком 50 гр	31,88091	0,64091	1,82818	3,86545	30,000
Рассольник со сметаной 150гр	58,97818	1,08545	2,12727	7,91636	150,000
Тефтели рыбные 50 г	92,68909	7,86455	2,95727	3,27455	50,000
Картофельное пюре 110 гр.	103,87182	2,17727	2,76000	16,08000	110,000
Компот из сухофруктов 150 гр,	46,54273	0,36636	0,02000	10,54182	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:	388,26273	14,11454	10,05272	54,21818	523,000
15:00					
Кефир 135 г	75,49818	3,77364	4,31273	5,52636	135,000
Итого:	75,49818	3,77364	4,31273	5,52636	135,000
Полдник					
Запеканка из творога с морковью 130 гр	370,75182	14,88000	26,35636	18,74909	130,000
Джем 10 г	27,94545	0,04182	0,00000	7,29727	10,000
Чай 150 гр,	28,59727	0,00000	0,00000	6,81091	150,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	450,39454	15,68182	26,44636	37,86727	300,000
Всего:	1 169,21909	38,88454	50,12181	137,54636	1 323,000

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139460032

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 04.03.2025 по 04.03.2026