



Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

18.03.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 3 от 18.03.2025, 7.ДОУ 182, Ясли безмол, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Джем 15 г.	39,75000	0,06000	0,00000	10,53000	15,000
Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растит 150г	108,74000	1,63500	3,78000	15,04000	150,000
Батон 30 гр	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Чай 180 гр,	34,11000	0,00000	0,00000	8,17500	180,000
<b>Итого:</b>	<b>253,10000</b>	<b>4,00500</b>	<b>4,68000</b>	<b>49,73500</b>	<b>375,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Банан 130 гр	80,99000	1,36500	0,09000	19,84000	130,000
<b>Итого:</b>	<b>80,99000</b>	<b>1,36500</b>	<b>0,09000</b>	<b>19,84000</b>	<b>130,000</b>
<b>Обед</b>					
Борщ с мясом	91,27500	4,62500	4,25500	7,44500	150,000
Тефтели рыбные	128,60500	11,53500	6,04000	3,90000	60,000
Рис припущенный с овощами .	173,25000	3,17500	5,75500	25,36000	120,000
Компот из яблок 180г.	75,51000	0,34500	0,32500	18,06000	180,000
Хлеб ржаной 30г.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
<b>Итого:</b>	<b>522,94000</b>	<b>21,66000</b>	<b>16,73500</b>	<b>67,30500</b>	<b>543,000</b>
<b>15:00</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Полдник</b>					
Мясо говядины отварное 20 гр.	91,56000	7,30000	5,88000	0,00000	20,000
Макаронные изделия отварные	184,20000	4,70500	2,79000	32,74000	120,000
Чай 180г	24,63500	0,00000	0,00000	5,72000	180,000
Шанежка с картофелем•1	154,66000	3,28500	4,90500	20,23500	60,000
<b>Итого:</b>	<b>455,05500</b>	<b>15,29000</b>	<b>13,57500</b>	<b>58,69500</b>	<b>380,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 358,08500</b>	<b>42,82000</b>	<b>35,18000</b>	<b>205,67500</b>	<b>1 528,000</b>





ШАБУРОВА Е.В.

18.03.2025

Меню-раскладка  
 ТРЕБ. дети № 4 от 18.03.2025, 7.ДОУ 182, Дети (безмол. меню), 5 д, 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом раст. 200 гр	138,80000	2,17500	5,05000	20,05000	200,000
Джем 20 г.	53,00000	0,08000	0,00000	14,04000	20,000
Батон 40 гр	94,00000	3,08000	1,20000	21,32000	40,000
Чай 180 гр,	34,11000	0,00000	0,00000	8,17500	180,000
<b>Итого:</b>	<b>319,91000</b>	<b>5,33500</b>	<b>6,25000</b>	<b>63,58500</b>	<b>440,000</b>
<b>Завтрак второй</b>					
Банан 130 гр	80,99000	1,36500	0,09000	19,84000	130,000
<b>Итого:</b>	<b>80,99000</b>	<b>1,36500</b>	<b>0,09000</b>	<b>19,84000</b>	<b>130,000</b>
<b>Обед</b>					
Борщ с мясом	110,38000	5,54000	5,09500	8,93500	180,000
Тефтели рыбные	170,09000	15,38000	8,05000	5,21000	80,000
Рис припущенный с овощами .	215,22500	3,97500	7,19500	31,68500	150,000
Кисель с витаминами "Витошка" 180г	78,75000	0,00000	0,00000	17,89500	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
<b>Итого:</b>	<b>646,84500</b>	<b>27,53500</b>	<b>20,82000</b>	<b>80,44500</b>	<b>635,000</b>
<b>15:00</b>					
Сок фруктовый 100 г	69,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>69,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Полдник</b>					
Мясо говядины отварное 20 гр.	138,43000	7,30000	5,88000	0,00000	20,000
Макаронные изделия отварные 130 гр	261,50500	4,33500	2,79000	30,15000	130,000
Чай 180 гр,	34,11000	0,00000	0,00000	8,17500	180,000
Шанежка с картофелем•1	205,54000	4,37500	6,53000	26,97000	80,000
<b>Итого:</b>	<b>639,58500</b>	<b>16,01000</b>	<b>15,20000</b>	<b>65,29500</b>	<b>410,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 756,33000</b>	<b>50,74500</b>	<b>42,46000</b>	<b>239,26500</b>	<b>1 715,000</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139460032

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 04.03.2025 по 04.03.2026