

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

21.03.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 21.03.2025, 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 .	191,18425	5,47673	8,02434	23,27664	180,000
Батон 40 гр	98,26327	3,19248	1,24381	22,09832	40,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02478	4,08850	0,03965	5,000
Чай 180 гр,	34,41186	0,00000	0,00000	8,17363	180,000
Итого:	361,25938	8,69399	13,35665	53,58824	405,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,40708	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,40708	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	60,57434	0,72876	3,05345	6,01752	50,000
Щи на мясном бульоне (воде) со сметаной 180г.	53,48823	1,28982	2,42938	6,25071	180,000
Гуляш из отварного мяса 70г	105,67832	10,09115	8,78363	4,16274	70,000
Каша перловая 130 гр	189,55858	3,96150	4,69522	30,22292	130,000
Компот из сухофруктов 180гр	67,68442	0,43991	0,02372	15,37434	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	78,00619	2,82106	0,51292	17,86673	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	554,99008	19,33220	19,49832	79,89496	655,000
15:00					
Кефир 150 г	84,95150	4,20894	4,81027	6,16319	150,000
Итого:	84,95150	4,20894	4,81027	6,16319	150,000
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	199,76991	6,03053	5,21558	28,27442	130,000
Чай 180 гр,	34,41186	0,00000	0,00000	8,17363	180,000
Хлеб пшеничный 20 гр	43,64469	1,42248	0,16850	9,37717	20,000
Итого:	277,82646	7,45301	5,38408	45,82522	330,000
Всего:	1 325,43450	40,18814	43,14932	195,57161	1 640,000

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 21.03.2025, 7.ДОУ 182, Ясли, 5 д 10,5 ч

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

21.03.2025

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	3,67115	5,24923	15,13615	150,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Батон 35 гр	82,25000	2,69500	1,05000	18,65500	35,000
Чай 180 гр,	34,11000	0,00000	0,00000	8,17346	180,000
Итого:	278,16000	6,39115	10,42423	42,00461	370,000
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.	41,54000	0,56846	1,85692	4,75346	30,000
Щи на мясном бульоне (воде) со сметаной.	51,29154	1,30846	2,29615	6,13192	150,000
Гуляш из отварного мяса 50г	74,45000	7,20615	6,28308	2,96154	50,000
Каша перловая 110 гр	159,82154	3,35269	4,05654	25,57615	110,000
Компот из сухофруктов 150 гр,	46,44500	0,36654	0,01962	10,54154	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:	427,84808	14,78230	14,87231	62,50461	523,000
15:00					
Кефир 135 г	75,47077	3,77385	4,31308	5,52615	135,000
Итого:	75,47077	3,77385	4,31308	5,52615	135,000
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 110 гр	170,66308	5,33731	3,96808	25,51154	110,000
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	6,81154	150,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	222,18808	6,09731	4,05808	37,33308	270,000
Всего:	1 049,66693	31,54461	33,76770	157,46845	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