

Утверждаю *Шмидко А.В.*
 ШАБУРОВА Е.В.
 01.04.2025



Меню-раскладка
 ТРЕБ. дети № 2 от 01.04.2025, 7.ДОУ 182, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	222,45374	11,76634	15,07724	3,78602	150,000
Батон 40 гр	94,76423	3,08000	1,20000	21,32000	40,000
Сыр 10 гр	32,68163	2,39203	2,46561	0,00000	10,000
Чай 200 гр,	38,20813	0,00000	0,00000	9,08179	200,000
Итого:	388,10773	17,23837	18,74285	34,18781	400,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,37398	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,37398	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Огурец консервированный 30 гр	3,93593	0,22561	0,02642	0,68244	30,000
Борщ со сметаной 180гр	90,28472	1,57341	4,09236	10,99382	180,000
Тефтели рыбные 70 гр	149,71154	13,80675	6,83049	4,57309	70,000
Рис припущенный с овощами	167,72667	2,95276	6,05276	23,36602	130,000
Кисель с витаминами "Витошка" 180г	79,39024	0,00000	0,00000	17,89512	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	72,98862	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	564,03772	21,19853	17,48203	74,23049	635,000
15:00					
Кефир 150 г	84,57366	4,19325	4,79236	6,14016	150,000
Итого:	84,57366	4,19325	4,79236	6,14016	150,000
Полдник					
Суп молочный с лапшой 0,18	96,52415	2,95927	3,43886	11,27106	180,000
Чай 180 гр,	34,38732	0,00000	0,00000	8,17366	180,000
Шанежка с картофелем 70 гр	216,84285	5,33041	6,26423	29,83935	70,000
Итого:	347,75432	8,28968	9,70309	49,28407	430,000
Всего:	1 430,84741	51,41983	50,82033	173,94253	1 715,000

ШАБУРОВА Е.В.

Утверждаю
МБДОУ
детский сад
№ 182
182, Ясли, 5 д-10,5 ч

МБДОУ
детский сад

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 130 гр	207,53690	11,62138	14,29655	2,82034	130,000
Сыр 5 гр	16,14345	1,19586	1,23276	0,00000	5,000
Батон 35 гр	82,25000	2,69517	1,05000	18,65517	35,000
Чай 180 гр,	34,11000	0,00000	0,00000	8,17345	180,000
Итого:	340,04035	15,51241	16,57931	29,64896	350,000
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					
Огурец консервированный 20 гр	2,60000	0,15034	0,01759	0,45517	20,000
Борщ со сметаной 150гр	74,75759	1,30276	3,40931	9,10897	150,000
Тефтели рыбные 50 г	108,22862	9,77621	5,17103	3,25862	50,000
Рис припущенный с овощами 110г	158,08517	2,91345	5,26897	23,24345	110,000
Кисель из сухофруктов 150г	80,54034	0,73862	0,04483	17,72172	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:	478,51172	16,86138	14,27173	66,32793	513,000
15:00					
Кефир 135 г	75,48414	3,77379	4,31310	5,52621	135,000
Итого:	75,48414	3,77379	4,31310	5,52621	135,000
Полдник					
Суп молочный с лапшой 0,15	79,95414	2,46621	2,86586	9,39241	150,000
Чай 150 гр,	28,49034	0,00000	0,00000	6,81138	150,000
Шанежка с картофелем 50г	130,19759	3,06310	4,35655	16,87103	50,000
Итого:	238,64207	5,52931	7,22241	33,07482	350,000
Всего:	1 178,67828	42,17689	42,48655	144,67792	1 448,000

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139460032

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 04.03.2025 по 04.03.2026