

10.04.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 4 от 10.04.2025, 7.ДОУ 182, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

| Блюдо                                                                    | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г        | Жиры, г         | Углеводы, г      | Выход блюда, г   |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                                                           |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша безмолочная ассорти (рис,<br>гречневая крупа) с маслом раст. 200 гр | 181,29333                        | 2,17333         | 5,05000         | 20,05000         | 200,000          |
| Джем 20 г.                                                               | 53,88333                         | 0,08000         | 0,00000         | 14,04000         | 20,000           |
| Батон 40 гр                                                              | 94,00000                         | 3,08000         | 1,20000         | 21,32000         | 40,000           |
| Чай 180 гр,                                                              | 45,48000                         | 0,00000         | 0,00000         | 8,17333          | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                                            | <b>374,65666</b>                 | <b>5,33333</b>  | <b>6,25000</b>  | <b>63,58333</b>  | <b>440,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</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>Обед</b>                                                              |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат из отварной свеклы с чесноком                                      | 51,73333                         | 1,14667         | 1,82667         | 8,61000          | 60,000           |
| Суп картофельный с рыбой 0,200                                           | 183,95667                        | 9,59000         | 6,18333         | 19,54667         | 200,000          |
| Голубцы с мясом говядины и рисом<br>(ленивые) 200г                       | 285,63333                        | 17,01667        | 16,21000        | 12,26333         | 200,000          |
| Компот из яблок 180г.                                                    | 75,51000                         | 0,34667         | 0,32333         | 18,06000         | 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>669,23333</b>                 | <b>30,74001</b> | <b>25,02333</b> | <b>75,20000</b>  | <b>685,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                                           |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Яблоко 110 гр.                                                           | 60,00000                         | 0,38667         | 0,38667         | 11,42333         | 110,000          |
| Макаронные изделия отварные .                                            | 249,20333                        | 5,53000         | 6,18000         | 38,38667         | 150,000          |
| Чай 180 гр,                                                              | 34,11000                         | 0,00000         | 0,00000         | 8,17333          | 180,000          |
| Хлеб пшеничный 20 гр                                                     | 46,20000                         | 1,52000         | 0,18000         | 10,02000         | 20,000           |
| <b>Итого:</b>                                                            | <b>389,51333</b>                 | <b>7,43667</b>  | <b>6,74667</b>  | <b>68,00333</b>  | <b>460,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                                            | <b>1 479,40332</b>               | <b>44,01001</b> | <b>38,12000</b> | <b>216,88666</b> | <b>1 685,000</b> |



Меню-раскладка  
 ТРЕБ. дети № 3 от 10.04.2025, 7.ДОУ 182, Ясли безмол., 5 д 10,5 ч



| Блюдо                                                                   | Энергетическая<br>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,<br>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 180г                                                                | 24,63500                         | 0,00000         | 0,00000         | 5,72000          | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                                           | <b>243,62500</b>                 | <b>4,00500</b>  | <b>4,68000</b>  | <b>47,28000</b>  | <b>375,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</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>Обед</b>                                                             |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат из отварной свеклы с чесноком                                     | 30,28500                         | 0,58000         | 1,20500         | 4,30500          | 40,000           |
| Суп картофельный с рыбой 0,15                                           | 120,63000                        | 6,76500         | 4,56000         | 10,96500         | 150,000          |
| Голубцы с мясом говядины и рисом<br>(ленивые) 200г                      | 283,25500                        | 17,01500        | 16,20500        | 12,25500         | 200,000          |
| Компот из яблок 180г.                                                   | 75,51000                         | 0,34500         | 0,32500         | 18,06000         | 180,000          |
| 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            |
| <b>Итого:</b>                                                           | <b>563,98000</b>                 | <b>26,68500</b> | <b>22,65500</b> | <b>58,12500</b>  | <b>603,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                                          |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Яблоко 110 гр.                                                          | 43,65000                         | 0,38500         | 0,38500         | 11,42000         | 110,000          |
| Макаронные изделия отварные .                                           | 252,51000                        | 5,53000         | 6,18500         | 38,38500         | 150,000          |
| Чай 180г                                                                | 24,63500                         | 0,00000         | 0,00000         | 5,72000          | 180,000          |
| Хлеб пшеничный 20 гр                                                    | 46,20000                         | 1,52000         | 0,18000         | 10,02000         | 20,000           |
| <b>Итого:</b>                                                           | <b>366,99500</b>                 | <b>7,43500</b>  | <b>6,75000</b>  | <b>65,54500</b>  | <b>460,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                                           | <b>1 220,60000</b>               | <b>38,62500</b> | <b>34,18500</b> | <b>181,05000</b> | <b>1 538,000</b> |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139460032

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 04.03.2025 по 04.03.2026