

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

23.05.2025

## Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 4 от 23.05.2025, 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>                                       |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Джем 20 г.                                           | 53,00000                         | 0,08000         | 0,00000         | 14,04000         | 20,000           |
| Каша пшеничная безмолочная с<br>маслом растит 200 гр | 285,48000                        | 4,32500         | 4,67500         | 28,86000         | 200,000          |
| 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>466,59000</b>                 | <b>7,48500</b>  | <b>5,87500</b>  | <b>72,39500</b>  | <b>440,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</b>                                |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Яблоко 110 гр.                                       | 43,65000                         | 0,38500         | 0,38500         | 11,42000         | 110,000          |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>43,65000</b>                  | <b>0,38500</b>  | <b>0,38500</b>  | <b>11,42000</b>  | <b>110,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                          |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат из морской капусты с<br>растит.маслом.         | 49,21500                         | 0,66500         | 4,33000         | 2,81000          | 60,000           |
| Щи из свежей капусты безмолочное<br>меню 200г.       | 50,75000                         | 1,31500         | 1,88000         | 7,22000          | 200,000          |
| Суфле из печени 80 гр                                | 163,06000                        | 18,78500        | 7,12000         | 2,45000          | 80,000           |
| Картофельное пюре (без молока) 150г                  | 143,96000                        | 2,54000         | 3,77000         | 22,23500         | 150,000          |
| Напиток с витаминами "Витошка"                       | 16,00000                         | 0,00000         | 0,00000         | 3,46000          | 200,000          |
| 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>495,38500</b>                 | <b>25,94500</b> | <b>17,58000</b> | <b>54,89500</b>  | <b>735,000</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           |
| Греча с овощами.                                     | 172,70000                        | 4,33000         | 5,66000         | 27,12000         | 150,000          |
| Чай 180 гр,                                          | 34,11000                         | 0,00000         | 0,00000         | 8,17500          | 180,000          |
| Ватрушка с повидлом 80 гр                            | 253,79000                        | 4,29500         | 5,71500         | 40,98000         | 80,000           |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>599,03000</b>                 | <b>15,92500</b> | <b>17,25500</b> | <b>76,27500</b>  | <b>430,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                        | <b>1 673,65500</b>               | <b>50,24000</b> | <b>41,19500</b> | <b>225,08500</b> | <b>1 815,000</b> |



Утверждаю  
ШАБУРОВА Е.В.

23.05.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 3 от 23.05.2025, 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.                                          | 40,41250                         | 0,06000         | 0,00000         | 10,53000         | 15,000           |
| Каша пшеничная безмолочная с<br>маслом растит 150г. | 142,74000                        | 3,24250         | 3,50750         | 21,64500         | 150,000          |
| Батон 40 гр                                         | 94,00000                         | 3,08000         | 1,20000         | 21,32000         | 40,000           |
| Чай 180 гр,                                         | 34,11000                         | 0,00000         | 0,00000         | 8,17250          | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>311,26250</b>                 | <b>6,38250</b>  | <b>4,70750</b>  | <b>61,66750</b>  | <b>385,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</b>                               |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Яблоко 110 гр.                                      | 43,53750                         | 0,38750         | 0,38750         | 11,42250         | 110,000          |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>43,53750</b>                  | <b>0,38750</b>  | <b>0,38750</b>  | <b>11,42250</b>  | <b>110,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                         |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат из морской капусты с<br>растит.маслом.        | 34,19500                         | 0,44000         | 2,88500         | 1,86250          | 40,000           |
| Щи из свежей капусты безмолочное<br>меню150 гр      | 36,09250                         | 0,94250         | 1,40000         | 5,00250          | 150,000          |
| Суфле из печени 60 гр                               | 114,44500                        | 13,49500        | 4,83500         | 1,80500          | 60,000           |
| Картофельное пюре (без молока) 130г.                | 122,81750                        | 2,20000         | 3,27000         | 19,27000         | 130,000          |
| 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>437,36000</b>                 | <b>19,40250</b> | <b>13,07500</b> | <b>58,54000</b>  | <b>593,000</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.                       | 91,01500                         | 7,30250         | 5,88000         | 0,00000          | 20,000           |
| Греча с овощами 120 гр.                             | 138,18750                        | 3,48000         | 4,52750         | 21,77750         | 120,000          |
| Чай 180г                                            | 23,68750                         | 0,00000         | 0,00000         | 5,72250          | 180,000          |
| Ватрушка с повидлом 60 гр                           | 189,06500                        | 3,62000         | 3,35250         | 32,91250         | 60,000           |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>441,95500</b>                 | <b>14,40250</b> | <b>13,76000</b> | <b>60,41250</b>  | <b>380,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                       | <b>1 280,11500</b>               | <b>41,07500</b> | <b>32,03000</b> | <b>202,14250</b> | <b>1 568,000</b> |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443696

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 29.04.2025 по 29.04.2026