

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 4 от 27.05.2025, 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 безмолочная ассорти (рис,<br>гречневая крупа) с маслом раст. 200 гр | 202,54000                        | 2,17500         | 5,05000         | 20,05000         | 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>383,65000</b>                 | <b>5,33500</b>  | <b>6,25000</b>  | <b>63,58500</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>                                                              |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Огурец консервированный 60 гр                                            | 7,80000                          | 0,45000         | 0,05500         | 1,36500          | 60,000           |
| 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>654,64500</b>                 | <b>27,98500</b> | <b>20,87500</b> | <b>81,81000</b>  | <b>695,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                                           |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Яблоко 110 гр.                                                           | 68,40000                         | 0,38500         | 0,38500         | 11,42000         | 110,000          |
| 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>707,98500</b>                 | <b>16,39500</b> | <b>15,58500</b> | <b>76,71500</b>  | <b>520,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                                            | <b>1 792,28000</b>               | <b>50,21500</b> | <b>42,81000</b> | <b>232,21000</b> | <b>1 755,000</b> |

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

27.05.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 3 от 27.05.2025, 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>                                                       |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растит 150г | 108,74000                        | 1,63500         | 3,78000         | 15,04000         | 150,000          |
| Джем 15 г.                                                           | 39,75000                         | 0,06000         | 0,00000         | 10,53000         | 15,000           |
| 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>                                                |                                  |                 |                 |                  |                  |
| 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>                                                          |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Огурец консервированный 40 гр                                        | 5,20000                          | 0,30000         | 0,03500         | 0,91000          | 40,000           |
| Борщ с мясом                                                         | 90,87500                         | 4,61500         | 4,25500         | 7,42500          | 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          |
| Кисель из сухофруктов 180 гр                                         | 95,91000                         | 0,88500         | 0,05500         | 21,26500         | 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>548,14000</b>                 | <b>22,49000</b> | <b>16,50000</b> | <b>71,40000</b>  | <b>583,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                                       |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Яблоко 110 гр.                                                       | 43,65000                         | 0,38500         | 0,38500         | 11,42000         | 110,000          |
| 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>498,70500</b>                 | <b>15,67500</b> | <b>13,96000</b> | <b>70,11500</b>  | <b>490,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                                        | <b>1 345,94500</b>               | <b>42,67000</b> | <b>35,24000</b> | <b>201,35000</b> | <b>1 548,000</b> |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443696

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 29.04.2025 по 29.04.2026