

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

05.06.2025

## Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 4 от 05.06.2025, 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,                                                              | 51,16500                         | 0,00000         | 0,00000         | 8,17500          | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                                            | <b>400,70500</b>                 | <b>5,33500</b>  | <b>6,25000</b>  | <b>63,58500</b>  | <b>440,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                                              |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат из отварной свеклы с чесноком                                      | 51,81000                         | 1,15000         | 1,83000         | 8,61000          | 60,000           |
| Суп картофельный с рыбой 0,200                                           | 183,83500                        | 9,59000         | 6,18000         | 19,55000         | 200,000          |
| Голубцы с мясом говядины и рисом<br>(ленивые) 200г                       | 283,25500                        | 17,01500        | 16,20500        | 12,26500         | 200,000          |
| Компот из яблок 180г.                                                    | 75,51000                         | 0,34500         | 0,32500         | 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>666,81000</b>                 | <b>30,74000</b> | <b>25,02000</b> | <b>75,20500</b>  | <b>685,000</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>                                                           |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Батон 20 гр                                                              | 47,00000                         | 1,54000         | 0,60000         | 10,66000         | 20,000           |
| Макаронные изделия отварные .                                            | 252,51000                        | 5,53000         | 6,18500         | 38,38500         | 150,000          |
| Чай 180 гр,                                                              | 34,11000                         | 0,00000         | 0,00000         | 8,17500          | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                                            | <b>333,62000</b>                 | <b>7,07000</b>  | <b>6,78500</b>  | <b>57,22000</b>  | <b>350,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                                            | <b>1 470,13500</b>               | <b>43,64500</b> | <b>38,15500</b> | <b>206,11000</b> | <b>1 575,000</b> |



Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

05.06.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 3 от 05.06.2025, 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 | 103,51667                        | 1,63000         | 3,78667         | 15,04000         | 150,000          |
| Батон 30 гр                                                             | 70,50000                         | 2,31000         | 0,90000         | 15,99000         | 30,000           |
| Чай 180г                                                                | 24,00333                         | 0,00000         | 0,00000         | 5,72000          | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                                           | <b>237,77000</b>                 | <b>4,00000</b>  | <b>4,68667</b>  | <b>47,28000</b>  | <b>375,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                                             |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат из отварной свеклы с чесноком                                     | 28,94000                         | 0,57667         | 1,20667         | 4,31000          | 40,000           |
| Суп картофельный с рыбой 0,15                                           | 120,14000                        | 6,75667         | 4,56333         | 10,95667         | 150,000          |
| Голубцы с мясом говядины и рисом<br>(ленивые) 200г                      | 285,63333                        | 17,01333        | 16,21000        | 12,25333         | 200,000          |
| Компот из яблок 180г.                                                   | 75,51000                         | 0,34667         | 0,32333         | 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>564,52333</b>                 | <b>26,67334</b> | <b>22,66333</b> | <b>58,12000</b>  | <b>603,000</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>                                                          |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Макаронные изделия отварные .                                           | 249,20333                        | 5,53000         | 6,18000         | 38,38667         | 150,000          |
| Батон 20 гр                                                             | 47,00000                         | 1,54000         | 0,60000         | 10,66000         | 20,000           |
| Чай 180г                                                                | 24,00333                         | 0,00000         | 0,00000         | 5,72000          | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                                           | <b>320,20666</b>                 | <b>7,07000</b>  | <b>6,78000</b>  | <b>54,76667</b>  | <b>350,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                                           | <b>1 168,49999</b>               | <b>38,24334</b> | <b>34,23000</b> | <b>170,26667</b> | <b>1 428,000</b> |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443696

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 29.04.2025 по 29.04.2026