

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

03.07.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 2 от 03.07.2025, 7. ДОУ 182 Дети: 5 д 10,5 ч  
№ 182

| Блюдо                                               | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г        | Жиры, г         | Углеводы, г      | Выход блюда, г   |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                                      |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша ячневая молочная со сливочным<br>маслом 180 гр | 168,55111                        | 4,34444         | 6,17400         | 20,32178         | 180,000          |
| Масло сливочное 5гр                                 | 39,22844                         | 0,02578         | 4,23511         | 0,04111          | 5,000            |
| Батон 40 гр                                         | 96,08889                         | 3,08000         | 1,20000         | 21,32000         | 40,000           |
| Какао с молоком 180г                                | 102,28222                        | 2,83022         | 2,93867         | 13,61533         | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>406,15066</b>                 | <b>10,28044</b> | <b>14,54778</b> | <b>55,29822</b>  | <b>405,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                         |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат из отварной свеклы с чесноком<br>50г          | 38,97822                         | 0,73044         | 1,69711         | 5,43156          | 50,000           |
| Суп картофельный с рыбой 0,180                      | 148,07578                        | 8,12289         | 5,47822         | 13,26400         | 180,000          |
| Голубцы ленивые в молочном соусе<br>180г            | 234,23978                        | 13,28289        | 12,38978        | 13,06111         | 180,000          |
| Компот из яблок 180г                                | 56,88889                         | 0,06556         | 0,06133         | 13,31400         | 180,000          |
| Хлеб ржаной 40 гр                                   | 74,00889                         | 2,64000         | 0,48000         | 16,72000         | 40,000           |
| Соль                                                | 0,00000                          | 0,00000         | 0,00000         | 0,00000          | 5,000            |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>552,19156</b>                 | <b>24,84178</b> | <b>20,10644</b> | <b>61,79067</b>  | <b>635,000</b>   |
| <b>15:00</b>                                        |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Кефир 150 г                                         | 85,05778                         | 4,15556         | 4,74933         | 6,08511          | 150,000          |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>85,05778</b>                  | <b>4,15556</b>  | <b>4,74933</b>  | <b>6,08511</b>   | <b>150,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                      |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Макаронные изделия отварные с<br>сыром 130 гр       | 203,65378                        | 6,05644         | 5,32067         | 28,27533         | 130,000          |
| Чай 180 гр,                                         | 34,86800                         | 0,00000         | 0,00000         | 8,17356          | 180,000          |
| Хлеб пшеничный 20 гр                                | 47,22667                         | 1,52000         | 0,18000         | 10,02000         | 20,000           |
| <b>Итого:</b>                                       | <b>285,74845</b>                 | <b>7,57644</b>  | <b>5,50067</b>  | <b>46,46889</b>  | <b>330,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                       | <b>1 329,14845</b>               | <b>46,85422</b> | <b>44,90422</b> | <b>169,64289</b> | <b>1 520,000</b> |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443696

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 29.04.2025 по 29.04.2026