

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

16.07.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 16.07.2025, 7.ДОУ 182, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом .	191,33167	5,37852	7,95759	23,11704	180,000
Масло сливочное 5гр	34,62963	0,02278	3,74315	0,03630	5,000
Батон 40 гр	95,74074	3,08000	1,20000	21,32000	40,000
Чай 180 гр,	34,74167	0,00000	0,00000	8,17370	180,000
Итого:	356,44371	8,48130	12,90074	52,64704	405,000
Завтрак второй					
Яблоко 110 гр.	44,47500	0,38722	0,38722	11,42241	110,000
Итого:	44,47500	0,38722	0,38722	11,42241	110,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом 50 гр.	53,04148	0,81074	3,36907	5,73167	50,000
Рассольник со сметаной 180гр	71,69130	1,31704	2,55426	9,62037	180,000
Суфле рыбное 70 гр	108,43222	11,43667	2,66722	1,91481	70,000
Картофельное пюре 130 гр	133,42556	2,66204	3,77167	19,59241	130,000
Компот из сухофруктов 180гр	68,34667	0,44000	0,02370	15,37426	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	73,74074	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	508,67797	19,30649	12,86592	68,95352	655,000
15:00					
Кефир 150 г	84,41481	4,14000	4,73148	6,06222	150,000
Итого:	84,41481	4,14000	4,73148	6,06222	150,000
Полдник					
Запеканка из творога с морковью 150 гр	426,26907	17,07926	30,67667	19,03167	150,000
Джем 15 г	42,49815	0,06296	0,00000	10,94630	15,000
Чай 180 гр,	34,74167	0,00000	0,00000	8,17370	180,000
Хлеб пшеничный 20 гр	47,05556	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	550,56445	18,66222	30,85667	48,17167	365,000
Всего:	1 544,57594	50,97723	61,74203	187,25686	1 685,000

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

16.07.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 16.07.2025, 7.ДОУ 182, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом .	113,06556	2,97833	4,28444	15,73056	150,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Чай 180 гр,	34,11000	0,00000	0,00000	8,17389	180,000
Итого:	255,07556	5,31333	9,30944	39,93445	365,000
Завтрак второй					
Яблоко 110 гр.	43,55000	0,38722	0,38722	11,42222	110,000
Итого:	43,55000	0,38722	0,38722	11,42222	110,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом 30 гр.	31,23500	0,47778	2,02278	3,40500	30,000
Рассольник со сметаной 150гр	58,65444	1,08611	2,12667	7,91778	150,000
Суфле рыбное 50 гр	75,76222	8,12667	1,82167	1,62333	50,000
Картофельное пюре 110 гр.	104,23111	2,17667	2,76000	16,08056	110,000
Компот из сухофруктов 150 гр,	46,44500	0,36667	0,02000	10,54167	150,000
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
Итого:	370,62777	14,21390	9,11112	52,10834	523,000
15:00					
Кефир 135 г	75,47556	3,77389	4,31333	5,52611	135,000
Итого:	75,47556	3,77389	4,31333	5,52611	135,000
Полдник					
Запеканка из творога с морковью 130 гр	362,09167	14,70000	26,40944	16,94500	130,000
Джем 15 г.	40,19167	0,06056	0,00000	10,52944	15,000
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	6,81111	150,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	453,80834	15,52056	26,49944	39,29555	305,000
Всего:	1 198,53723	39,20890	49,62055	148,28667	1 438,000

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443696

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 29.04.2025 по 29.04.2026