

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

22.07.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 22.07.2025, 7.ДОУ 182, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	221,94078	11,99000	14,52294	4,16078	150,000
Сыр 10 гр	33,06039	2,39196	2,46569	0,00000	10,000
Батон 40 гр	95,84314	3,08000	1,20000	21,32000	40,000
Чай 200 гр,	38,64314	0,00000	0,00000	9,08176	200,000
Итого:	389,48745	17,46196	18,18863	34,56254	400,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,90196	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,90196	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом 50г	24,06922	0,42961	1,72039	2,09039	50,000
Борщ со сметаной 180гр	91,38941	1,58549	4,09353	11,06902	180,000
Тефтели рыбные 70 гр	124,26039	10,77902	3,43255	4,58039	70,000
Рис припущенный с овощами	169,76804	2,95745	6,05314	23,39863	130,000
Кисель с витаминами "Витошка" 180г	21,79412	0,00000	0,00000	4,91392	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	73,81961	2,64000	0,48000	16,72000	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Куркума	0,48588	0,01020	0,01294	0,08431	1,000
Итого:	505,58667	18,40177	15,79255	62,85666	656,000
15:00					
Кефир 150 г	85,59216	4,19373	4,79294	6,14098	150,000
Итого:	85,59216	4,19373	4,79294	6,14098	150,000
Полдник					
Суп молочный с лапшой 0,18	97,72843	2,95941	3,43882	11,27118	180,000
Чай 180 гр,	34,77882	0,00000	0,00000	8,17353	180,000
Шанежка с картофелем 70 гр	220,16922	5,39314	6,31353	29,88882	70,000
Итого:	352,67647	8,35255	9,75235	49,33353	430,000
Всего:	1 380,24471	48,91001	48,62647	162,99371	1 736,000

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

22.07.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 22.07.2025, 7.ДОУ 182, Ясли, 5 д 10:5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 130 гр	206,29647	11,52471	14,21412	2,81471	130,000
Сыр 5 гр	16,15059	1,19588	1,23294	0,00000	5,000
Батон 35 гр	82,25000	2,69529	1,05000	18,65529	35,000
Чай 180 гр,	34,11000	0,00000	0,00000	8,17353	180,000
Итого:	338,80706	15,41588	16,49706	29,64353	350,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом 30г	14,22059	0,25706	1,03588	1,25118	30,000
Борщ со сметаной 150гр	74,85647	1,30235	3,41000	9,10941	150,000
Тефтели рыбные 50 г	89,99647	7,71176	2,82765	3,26529	50,000
Рис припущенный с овощами 110г	157,95059	2,91412	5,26824	23,24412	110,000
Кисель из сухофруктов 150г	80,58647	0,73882	0,04471	17,72118	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:	471,91059	14,90411	12,94648	67,13118	523,000
15:00					
Кефир 135 г	75,46824	3,77412	4,31294	5,52588	135,000
Итого:	75,46824	3,77412	4,31294	5,52588	135,000
Полдник					
Суп молочный с лапшой 0,15	80,06824	2,46647	2,86529	9,39294	150,000
Чай 150 гр,	28,53647	0,00000	0,00000	6,81118	150,000
Шанежка с картофелем 50г	129,78353	3,01471	4,31588	16,86882	50,000
Итого:	238,38824	5,48118	7,18117	33,07294	350,000
Всего:	1 170,57413	40,07529	41,03765	145,47353	1 458,000

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443696

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 29.04.2025 по 29.04.2026