

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

25.07.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 2 от 25.07.2025, 7.ДОУ 182 Дети 6-10 лет



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом .	182,34322	4,97068	7,52136	22,45441	180,000
Масло сливочное 5гр	34,35729	0,02254	3,71949	0,03610	5,000
Батон 40 гр	89,81780	2,89085	1,12627	20,01017	40,000
Чай 180 гр,	34,68814	0,00000	0,00000	8,17356	180,000
Итого:	341,20645	7,88407	12,36712	50,67424	405,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	40,36271	0,35203	0,35203	10,38407	100,000
Итого:	40,36271	0,35203	0,35203	10,38407	100,000
Обед					
Салат из морковью с растительным маслом 50 гр.	55,94034	0,59542	3,37237	6,75475	50,000
Щи на мясном бульоне (воде) со сметаной 180г.	50,09237	1,20288	2,10746	6,24085	180,000
Гуляш из отварного мяса 70г	107,16814	10,09424	8,79661	4,18407	70,000
Каша перловая 130 гр	192,08136	3,96203	4,79153	30,22390	130,000
Компот из сухофруктов 180гр	68,24136	0,44000	0,02373	15,37424	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	55,22034	1,96881	0,35797	12,46915	40,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	528,74391	18,26338	19,44967	75,24696	655,000
15:00					
Кефир 150 г	74,70780	3,66119	4,18424	5,36102	150,000
Итого:	74,70780	3,66119	4,18424	5,36102	150,000
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	203,65661	6,16627	5,37847	28,27475	130,000
Чай 180 гр,	34,68814	0,00000	0,00000	8,17356	180,000
Хлеб пшеничный 20 гр	36,09864	1,16186	0,13763	7,65932	20,000
Итого:	274,44339	7,32813	5,51610	44,10763	330,000
Всего:	1 259,46426	37,48880	41,86916	185,77392	1 640,000

Утверждаю

ШАБУРОВА Е.В.

25.07.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 25.07.2025, 7.ДОУ 182



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	124,40000	3,67050	5,24950	15,13600	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	8,17350	180,000
Итого:	266,41000	6,00550	10,27450	39,33950	365,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	39,60000	0,35200	0,35200	10,38400	100,000
Итого:	39,60000	0,35200	0,35200	10,38400	100,000
Обед					
Салат из морковью с растительным маслом 30 гр.	32,84500	0,35100	2,02500	4,00800	30,000
Щи на мясном бульоне (воде) со сметаной.	51,28900	1,30900	2,29650	6,13200	150,000
Гуляш из отварного мяса 50г	74,53700	7,20650	6,28300	2,96250	50,000
Каша перловая 110 гр	160,06800	3,35300	4,05650	25,57600	110,000
Компот из сухофруктов 150 гр.	46,44500	0,36650	0,02000	10,54150	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:	419,48400	14,56600	15,04100	61,76000	523,000
15:00					
Кефир 135 г	75,48800	3,77400	4,31300	5,52600	135,000
Итого:	75,48800	3,77400	4,31300	5,52600	135,000
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 110 гр	170,72000	5,33700	3,96800	25,51150	110,000
Чай 150 гр.	28,42500	0,00000	0,00000	6,81150	150,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	222,24500	6,09700	4,05800	37,33300	270,000
Всего:	1 023,22700	30,79450	34,03850	154,34250	1 393,000

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 520251343390373548250310750880108285629354443696

Владелец Шабурова Екатерина Викторовна

Действителен с 29.04.2025 по 29.04.2026