

Утверждаю

ФАТУЛЛАЕВА О.В.

18.03.2025

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети № 300 от 18.03.2025, 7.121/1 д/с(ЧКЛ), Ясли, 5 д 10,5

| Блюдо | Энергетическая ценность, ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Выход блюда, г |
|---|-------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| Завтрак | | | | | |
| Икра кабачковая 35 гр | 42,60615 | 0,69923 | 3,14462 | 3,28462 | 35,000 |
| Омлет натуральный 100 гр. | 149,27231 | 7,96000 | 10,14923 | 2,53077 | 100,000 |
| Сыр 6 гр | 19,49538 | 1,43538 | 1,47923 | 0,00000 | 6,000 |
| Батон 35 гр | 82,25000 | 2,69538 | 1,05000 | 18,65538 | 35,000 |
| Чай с лимоном. | 46,80000 | 0,03385 | 0,00385 | 11,07692 | 150,000 |
| Итого: | 340,42384 | 12,82384 | 15,82693 | 35,54769 | 326,000 |
| Завтрак второй | | | | | |
| Апельсин 130 гр | 36,40000 | 0,81923 | 0,18231 | 9,37308 | 130,000 |
| Итого: | 36,40000 | 0,81923 | 0,18231 | 9,37308 | 130,000 |
| Обед | | | | | |
| Салат из помидоров 45 гр | 31,37846 | 0,56077 | 2,34615 | 2,45846 | 45,000 |
| Борщ с фасолью с мясом со сметаной | 94,46154 | 4,51385 | 4,83615 | 7,16231 | 150,000 |
| Рыба, запеченная в молочном соусе | 117,40000 | 12,27692 | 2,82923 | 2,55538 | 60,000 |
| Картофельное пюре. | 113,48000 | 2,37462 | 3,01077 | 17,54231 | 120,000 |
| Напиток из шиповника | 65,37000 | 0,28769 | 0,00000 | 15,81231 | 150,000 |
| Хлеб ржаной 20 гр | 36,20000 | 1,32000 | 0,24000 | 8,36000 | 20,000 |
| Соль | 0,00000 | 0,00000 | 0,00000 | 0,00000 | 3,000 |
| Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед | 0,00000 | 0,00000 | 0,00000 | 0,00000 | 35,000 |
| Итого: | 458,29000 | 21,33385 | 13,26230 | 53,89077 | 583,000 |
| Полдник | | | | | |
| Йогурт питьевой 135 г | 114,55385 | 6,73923 | 4,31308 | 11,45692 | 135,000 |
| Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом . | 136,60000 | 4,08385 | 5,46769 | 17,52692 | 120,000 |
| Хлеб пшеничный 15 гр. | 34,65000 | 1,14000 | 0,13538 | 7,51538 | 15,000 |
| Итого: | 285,80385 | 11,96308 | 9,91615 | 36,49922 | 270,000 |
| Всего: | 1 120,91769 | 46,94000 | 39,18769 | 135,31076 | 1 309,000 |

Стоимость дня 129 руб.

Заведующий
(должность)

Епан
(подпись)

ФАТУЛЛАЕВА О.В.
(расшифровка подписи)