



**Меню-раскладка**  
**ТРЕБ. дети № 1 от 10-JUL-25, 7.ДОУ 250, Ясли, 5 д 10,5 ч**

| Блюдо                           | Энергетическая<br>ценность | Белки    | Жиры     | Углеводы  | ход блюда |
|---------------------------------|----------------------------|----------|----------|-----------|-----------|
| <b>Завтрак</b>                  |                            |          |          |           |           |
| Омлет натуральный.              | 94,54182                   | 0,00471  | 0,00664  | 0,00151   | 0,06      |
| Батон с маслом слив             | 119,65000                  | 0,00272  | 0,00518  | 0,01870   | 0,04      |
| Чай с сахаром ..                | 37,03864                   | 0,00000  | 0,00000  | 0,00885   | 0,15      |
| <b>Итого:</b>                   | 251,23045                  | 0,00743  | 0,01182  | 0,02906   | 0,25      |
|                                 |                            |          |          |           |           |
| <b>Завтрак второй</b>           |                            |          |          |           |           |
| Сок фруктовый 100 г             | 46,00000                   | 0,00050  | 0,00010  | 0,01010   | 0,1       |
| <b>Итого:</b>                   | 46,00000                   | 0,00050  | 0,00010  | 0,01010   | 0,1       |
|                                 |                            |          |          |           |           |
| <b>Обед</b>                     |                            |          |          |           |           |
| Салат из моркови с растительным | 46,53682                   | 0,00078  | 0,00246  | 0,00678   | 0,06      |
| Уха рыбацкая 0,150              | 82,51364                   | 0,00512  | 0,00174  | 0,00828   | 0,15      |
| Гуляш из отварного мяса (ясли)  | 89,23000                   | 0,00865  | 0,00754  | 0,00355   | 0,06      |
| Каша гречневая рассыпчатая      | 133,06000                  | 0,00367  | 0,00363  | 0,02260   | 0,12      |
| Компот из изюма                 | 71,68000                   | 0,00017  | 0,00000  | 0,01747   | 0,15      |
| Хлеб ржаной 20 гр               | 36,20000                   | 0,00132  | 0,00024  | 0,00836   | 0,02      |
| Хлеб пшеничный 15 гр.           | 34,65000                   | 0,00114  | 0,00014  | 0,00752   | 0,015     |
| Соль                            | 0,00000                    | 0,00000  | 0,00000  | 0,00000   | 0,003     |
| <b>Итого:</b>                   | 493,87045                  | 0,02085  | 0,01574  | 0,07455   | 0,578     |
|                                 |                            |          |          |           |           |
| <b>Полдник</b>                  |                            |          |          |           |           |
| Кефир 150 г                     | 83,87273                   | 0,00419  | 0,00479  | 0,00614   | 0,15      |
| Булочка с сыром 60 гр           | 271,46545                  | 0,00795  | 0,01240  | 0,02544   | 0,06      |
| <b>Итого:</b>                   | 355,33818                  | 0,01214  | 0,01720  | 0,03158   | 0,21      |
|                                 |                            |          |          |           |           |
| <b>Всего:</b>                   | 1185,10800                 | 40,92409 | 44,85591 | 145,28773 | 1,138     |





Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 2 от 10-JUL-25, 7.ДОУ 250, Дети, 5 д 10,5 ч

| Блюдо                                  | Энергетическая<br>ценность | Белки    | Жиры     | Углеводы  | Исход блюда |
|--|----------------------------|----------|----------|-----------|-------------|
| <b>Завтрак</b>                         |                            |          |          |           |             |
| Молочный 120 гр.                       | 167,32672                  | 0,00925  | 0,01115  | 0,00276   | 0,12        |
| Молочный 120 гр.                       | 153,60306                  | 0,00379  | 0,00559  | 0,02609   | 0,045       |
| Чай с сахаром ...                      | 49,77276                   | 0,00000  | 0,00000  | 0,01181   | 0,2         |
| <b>Итого:</b>                          | 370,70254                  | 0,01304  | 0,01674  | 0,04066   | 0,365       |
| <b>Завтрак второй</b>                  |                            |          |          |           |             |
| Сок фруктовый 100 г                    | 46,00000                   | 0,00049  | 0,00010  | 0,01000   | 0,1         |
| <b>Итого:</b>                          | 46,00000                   | 0,00049  | 0,00010  | 0,01000   | 0,1         |
| <b>Обед</b>                            |                            |          |          |           |             |
| Салат из моркови с растительным маслом | 47,04316                   | 0,00078  | 0,00246  | 0,00678   | 0,06        |
| Уха рыбацкая 0,200                     | 89,15745                   | 0,00717  | 0,00153  | 0,00686   | 0,2         |
| Гуляш из отварного мяса (ясли)         | 142,79276                  | 0,01443  | 0,01241  | 0,00452   | 0,08        |
| Каша гречневая рассыпчатая             | 181,97306                  | 0,00529  | 0,00408  | 0,03258   | 0,15        |
| Компот из изюма                        | 76,24010                   | 0,00017  | 0,00000  | 0,01838   | 0,2         |
| Хлеб ржаной 30 гр.                     | 73,13878                   | 0,00265  | 0,00048  | 0,01676   | 0,03        |
| Хлеб пшеничный 20 гр                   | 66,47143                   | 0,00217  | 0,00026  | 0,01431   | 0,02        |
| Соль                                   | 0,00000                    | 0,00000  | 0,00000  | 0,00000   | 0,005       |
| <b>Итого:</b>                          | 676,81673                  | 0,03266  | 0,02122  | 0,10019   | 0,745       |
| <b>Полдник</b>                         |                            |          |          |           |             |
| Кефир 150 г                            | 85,44000                   | 0,00423  | 0,00483  | 0,00619   | 0,15        |
| Булочка с сыром 70 гр                  | 296,78469                  | 0,00888  | 0,01240  | 0,02966   | 0,07        |
| <b>Итого:</b>                          | 382,22469                  | 0,01311  | 0,01723  | 0,03585   | 0,22        |
| <b>Всего:</b>                          | 1525,28603                 | 59,30071 | 55,28724 | 186,68684 | 1,43        |