

Утверждаю

Турова Е.В.

27.10.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 105 от 27.10.2025, 6 ДОУ 101, Дети, 5 д 10,5 ч

| Блюдо                                                                        | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г        | Жиры, г         | Углеводы, г      | Выход блюда, г   |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                                                               |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Батон с маслом и сыром*1                                                     | 141,80242                        | 4,65952         | 6,92984         | 13,14016         | 45,000           |
| Каша манная молочная с маслом<br>сливочным*1                                 | 171,80065                        | 4,38887         | 5,36258         | 22,68339         | 200,000          |
| Какао                                                                        | 113,00274                        | 3,18161         | 3,22532         | 15,93694         | 200,000          |
| <b>Итого:</b>                                                                | <b>426,60581</b>                 | <b>12,23000</b> | <b>15,51774</b> | <b>51,76049</b>  | <b>445,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                                                  |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Плов из мяса говядины 250 гр.*1                                              | 378,27871                        | 18,21210        | 16,87000        | 30,94565         | 200,000          |
| Компот из сухофруктов*1                                                      | 81,79839                         | 0,53774         | 0,02903         | 18,42758         | 200,000          |
| Суп рыбный                                                                   | 115,45306                        | 6,98871         | 2,53452         | 14,23290         | 200,000          |
| Хлеб ржаной 55 гр                                                            | 95,02500                         | 3,40645         | 0,61935         | 21,57419         | 55,000           |
| <b>Итого:</b>                                                                | <b>670,55516</b>                 | <b>29,14500</b> | <b>20,05290</b> | <b>85,18032</b>  | <b>655,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                                               |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Хлеб пшеничный (полдник)                                                     | 47,69032                         | 1,44613         | 0,16032         | 9,22855          | 25,000           |
| Омлет 80 гр*1                                                                | 124,86226                        | 5,91581         | 8,63855         | 2,09774          | 100,000          |
| Салат из белокочанной капусты с<br>кукурузой, луком и растительным<br>маслом | 64,78226                         | 1,00403         | 3,42968         | 8,03097          | 50,000           |
| Чай с сахаром.                                                               | 38,51129                         | 0,00000         | 0,00000         | 9,08177          | 200,000          |
| Пряники                                                                      | 88,91129                         | 1,20000         | 0,70000         | 19,42500         | 25,000           |
| <b>Итого:</b>                                                                | <b>364,75742</b>                 | <b>9,56597</b>  | <b>12,92855</b> | <b>47,86403</b>  | <b>400,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                                                | <b>1 461,91839</b>               | <b>50,94097</b> | <b>48,49919</b> | <b>184,80484</b> | <b>1 500,000</b> |

Заведующий  
(должность)  
(подпись)Турова Е.В.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

Турова Е.В.

27.10.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 104 от 27.10.2025, 6.ДОУ 101, Ясли, 5 д 10,5 ч

| Блюдо                                                                        | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г        | Жиры, г         | Углеводы, г      | Выход блюда, г   |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                                                               |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Батон с маслом и сыром*1                                                     | 107,36000                        | 3,90636         | 5,30364         | 9,72545          | 30,000           |
| Каша манная молочная с маслом<br>сливочным*1                                 | 128,25000                        | 3,33636         | 4,02636         | 17,31909         | 150,000          |
| Какао                                                                        | 86,54000                         | 2,33273         | 2,40636         | 12,80727         | 150,000          |
| <b>Итого:</b>                                                                | <b>322,15000</b>                 | <b>9,57545</b>  | <b>11,73636</b> | <b>39,85181</b>  | <b>330,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                                                  |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Плов из мяса говядины 250 гр.*1                                              | 308,43455                        | 14,30182        | 15,29636        | 23,21000         | 150,000          |
| Компот из сухофруктов*1                                                      | 58,94636                         | 0,36636         | 0,02000         | 13,49364         | 150,000          |
| Суп рыбный                                                                   | 90,24000                         | 5,98727         | 2,04909         | 10,71091         | 150,000          |
| Хлеб ржаной 55 гр                                                            | 72,40000                         | 2,64000         | 0,48000         | 16,72000         | 55,000           |
| <b>Итого:</b>                                                                | <b>530,02091</b>                 | <b>23,29545</b> | <b>17,84545</b> | <b>64,13455</b>  | <b>505,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                                               |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Хлеб пшеничный (полдник)                                                     | 46,20000                         | 1,42909         | 0,15818         | 9,11818          | 25,000           |
| Омлет 80 гр*1                                                                | 154,91455                        | 8,01000         | 11,23455        | 1,40182          | 80,000           |
| Салат из белокочанной капусты с<br>кукурузой, луком и растительным<br>маслом | 38,97455                         | 0,61727         | 2,09273         | 4,94000          | 30,000           |
| Чай с сахаром.                                                               | 28,59727                         | 0,00000         | 0,00000         | 6,81091          | 150,000          |
| Пряники                                                                      | 87,50000                         | 1,20000         | 0,70000         | 19,42545         | 25,000           |
| <b>Итого:</b>                                                                | <b>356,18637</b>                 | <b>11,25636</b> | <b>14,18546</b> | <b>41,69636</b>  | <b>310,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                                                | <b>1 208,35728</b>               | <b>44,12726</b> | <b>43,76727</b> | <b>145,68272</b> | <b>1 145,000</b> |

Заведующий  
(должность)

(подпись)

Турова Е.В.  
(расшифровка подписи)