

Утверждаю

Турова Е.В.

06.11.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 104 от 06.11.2025, 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>                                        |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочным              | 136,38000                        | 3,68111         | 4,49556         | 17,69889         | 150,000          |
| Батон с маслом и сыром*1                              | 95,40000                         | 3,09333         | 4,51889         | 9,72556          | 30,000           |
| Чай с молоком 180 гр                                  | 51,81000                         | 0,79000         | 0,84444         | 9,45667          | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                         | <b>283,59000</b>                 | <b>7,56444</b>  | <b>9,85889</b>  | <b>36,88112</b>  | <b>360,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</b>                                 |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Снежок                                                | 124,50000                        | 3,90000         | 4,80000         | 16,35000         | 150,000          |
| <b>Итого:</b>                                         | <b>124,50000</b>                 | <b>3,90000</b>  | <b>4,80000</b>  | <b>16,35000</b>  | <b>150,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                           |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Борщ со сметаной*1                                    | 68,26556                         | 1,07556         | 3,39556         | 7,36000          | 150,000          |
| Рыба(филе). припущенная с молоком и овощами(60/70 гр) | 114,69778                        | 13,25667        | 4,87000         | 1,91889          | 60,000           |
| Компот из кураги и изюма*1                            | 71,64222                         | 0,28222         | 0,00000         | 17,38333         | 180,000          |
| Каша рисовая рассыпчатая 100г                         | 119,94000                        | 2,50333         | 2,74778         | 20,30556         | 100,000          |
| Хлеб ржаной 55 гр                                     | 99,55000                         | 3,63000         | 0,66000         | 22,99000         | 55,000           |
| <b>Итого:</b>                                         | <b>474,09556</b>                 | <b>20,74778</b> | <b>11,67334</b> | <b>69,95778</b>  | <b>545,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                        |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Суп молочный с лапшой 0,200*1                         | 80,31333                         | 2,46556         | 2,86556         | 9,39333          | 150,000          |
| Хлеб пшеничный (полдник)                              | 57,75000                         | 1,78556         | 0,19778         | 11,39778         | 25,000           |
| Чай с сахаром.                                        | 28,63556                         | 0,00000         | 0,00000         | 6,81111          | 150,000          |
| Печенье 35 гр                                         | 160,30000                        | 3,64000         | 1,82000         | 26,88000         | 35,000           |
| <b>Итого:</b>                                         | <b>326,99889</b>                 | <b>7,89112</b>  | <b>4,88334</b>  | <b>54,48222</b>  | <b>360,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                         | <b>1 209,18445</b>               | <b>40,10334</b> | <b>31,21557</b> | <b>177,67112</b> | <b>1 415,000</b> |

Заведующий  
(должность)

(подпись)

Турова Е.В.  
(расшифровка подписи)

Утверждаю

Турова Е.В.

06.11.2025

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 105 от 06.11.2025, 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>                                        |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша ячневая молочная с маслом сливочным              | 174,95677                        | 4,49032         | 5,29694         | 23,42113         | 200,000          |
| Батон с маслом и сыром•1                              | 133,27903                        | 4,26548         | 6,64419         | 12,08403         | 45,000           |
| Чай с молоком 180 гр                                  | 59,11661                         | 1,05274         | 1,12645         | 9,88435          | 180,000          |
| <b>Итого:</b>                                         | <b>367,35241</b>                 | <b>9,80854</b>  | <b>13,06758</b> | <b>45,38951</b>  | <b>425,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</b>                                 |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Снежок                                                | 129,18548                        | 3,96290         | 4,87742         | 16,61371         | 200,000          |
| <b>Итого:</b>                                         | <b>129,18548</b>                 | <b>3,96290</b>  | <b>4,87742</b>  | <b>16,61371</b>  | <b>200,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                           |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Борщ со сметаной•1                                    | 86,61645                         | 1,36629         | 4,07548         | 9,73790          | 200,000          |
| Рыба(филе). припущенная с молоком и овощами(60/70 гр) | 148,69113                        | 17,14290        | 6,24468         | 2,09806          | 70,000           |
| Компот из кураги и изюма•1                            | 80,55823                         | 0,31371         | 0,00000         | 19,31484         | 200,000          |
| Каша рисовая рассыпчатая 130г                         | 158,51839                        | 3,25435         | 3,57000         | 26,39871         | 130,000          |
| Хлеб ржаной 55 гр                                     | 84,51532                         | 3,02323         | 0,54968         | 19,14710         | 55,000           |
| <b>Итого:</b>                                         | <b>558,89952</b>                 | <b>25,10048</b> | <b>14,43984</b> | <b>76,69661</b>  | <b>655,000</b>   |
| <b>Полдник</b>                                        |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Суп молочный с лапшой 0,200•1                         | 101,69210                        | 3,00194         | 3,51468         | 12,05839         | 200,000          |
| Хлеб пшеничный (полдник)                              | 47,50403                         | 1,44032         | 0,15968         | 9,19177          | 25,000           |
| Чай с сахаром.                                        | 38,51129                         | 0,00000         | 0,00000         | 9,08177          | 200,000          |
| Печенье 35 гр                                         | 162,88548                        | 3,64000         | 1,82000         | 26,88000         | 35,000           |
| <b>Итого:</b>                                         | <b>350,59290</b>                 | <b>8,08226</b>  | <b>5,49436</b>  | <b>57,21193</b>  | <b>460,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                         | <b>1 406,03031</b>               | <b>46,95418</b> | <b>37,87920</b> | <b>195,91176</b> | <b>1 740,000</b> |

Заведующий  
(должность)

(подпись)

Турова Е.В.  
(расшифровка подписи)