

Утверждаю

СЕМЕНОВА Е.С.

26.01.2026

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 26.01.2026, 3.ДОУ 76, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	201,65400	5,34833	6,90078	25,92544	200,000
Масло сливочное 5гр	37,81556	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Какао с молоком	113,97389	3,26400	3,29556	16,05767	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр	67,76000	2,19556	0,26000	14,47333	40,000
Итого:	421,20345	10,83289	14,58134	56,49644	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 130 г	61,33333	0,65944	0,13189	13,32078	130,000
Итого:	61,33333	0,65944	0,13189	13,32078	130,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр.	70,50478	0,83189	4,44744	6,33544	60,000
Суп картофельный вегетарианский со сметаной 0,200	84,52389	1,44411	3,49944	10,40744	200,000
Голубцы ленивые в молочном соусе.	243,06567	15,22633	15,69856	17,57467	230,000
Компот из сухофруктов 180гр	67,86644	0,43989	0,02378	15,37433	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	75,21556	2,71333	0,49333	17,18444	40,000
Хлеб пшеничный 20 гр	21,04667	0,67556	0,08000	4,45333	20,000
Итого:	562,22301	21,33111	24,24255	71,32965	730,000
Полдник					
Йогурт питьевой 160 г	122,77778	7,13000	4,56322	12,12100	160,000
Запеканка из творога 120 гр	325,64833	15,54133	18,06844	16,22244	120,000
Джем 20 г	50,64444	0,07556	0,00000	13,12011	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,71333	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	545,78388	24,26689	22,81166	51,48355	320,000
Всего:	1 590,54367	57,09033	61,76744	192,63042	1 625,000

162,40

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)