

Меню-раскладка
3.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	177,69000	5,11385	6,45923	21,22692	150,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Чай с сахаром 150 гр	37,02538	0,00000	0,00000	8,85462	150,000
Итого:	322,61538	7,44885	11,48423	46,11154	335,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Зеленый горошек	11,76923	0,85769	0,05192	1,74154	30,000
Борщ вегетарианский со сметаной	61,85462	1,10346	3,29231	6,56577	150,000
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	89,62692	8,64731	7,54000	3,55423	60,000
Каша перловая 110 гр	159,82154	3,35269	4,05654	25,57615	110,000
Компот из изюма	71,68000	0,16923	0,00000	17,46846	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
Итого:	430,95231	15,45038	15,18077	63,26615	523,000
Полдник					
Снежок 120 г	99,60000	3,12000	3,84000	13,08000	120,000
Повидло	37,78846	0,06038	0,00000	9,97923	15,000
Запеканка творожная 100 гр	269,49385	12,86500	16,85808	9,35462	100,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	453,08231	17,56538	20,87808	42,43385	255,000
Всего:	1 252,65000	40,96461	47,64308	161,91154	1 213,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
3.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	157,24480	4,38880	5,88520	21,46040	150,000
Сыр 10 гр	32,38400	2,39200	2,46560	0,00000	10,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Какао с молоком 150 гр	115,38800	2,82720	2,68960	17,97000	150,000
Итого:	375,51680	11,91800	11,94040	55,42040	340,000
Завтрак второй					
Мандарины 100 гр	28,12000	0,59200	0,14800	5,55000	100,000
Итого:	28,12000	0,59200	0,14800	5,55000	100,000
Обед					
Помидор порционный 20 гр	5,42800	0,25960	0,04720	1,18000	20,000
Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной	54,92840	1,03440	2,74040	5,89360	150,000
Гуляш из мяса куры	119,52440	8,08200	8,54120	2,41360	80,000
Картофельное пюре 110 гр.	104,09840	2,17680	2,76000	16,08040	110,000
Напиток из клюквы	48,44440	0,10560	0,00000	11,34320	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
Итого:	368,62360	12,97840	14,32880	45,27080	533,000
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 110 гр	170,75960	5,33720	3,96800	25,51160	110,000
Чай с молоком 150 гр	50,63760	0,98720	1,05600	8,41520	150,000
Печенье 20 гр	91,60000	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	359,19720	9,92440	6,24400	59,30680	300,000
Всего:	1 131,45760	35,41280	32,66120	165,54800	1 273,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150г	166,41000	4,41320	4,21080	24,88680	150,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02520	4,12520	0,04000	5,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Кофейный напиток с молоком 150 гр	78,52680	2,10240	2,11200	10,60560	150,000
Итого:	352,83680	8,85080	11,34800	51,52240	335,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из капусты со сладкой кукурузой	41,16160	0,78760	2,08200	5,39280	40,000
Суп рыбный	90,63280	6,02040	2,05160	10,80040	150,000
Плов из мяса говядины 180 гр.	324,32400	13,52240	15,44720	27,65640	180,000
Напиток из шиповника 150 гр	67,44000	0,35960	0,00000	16,35960	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
Итого:	559,75840	22,01000	19,82080	68,56920	543,000
Полдник					
Кефир 120 г	67,20000	3,36000	3,84000	4,92000	120,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,79200	0,76040	0,89760	5,91360	10,000
Запеканка творожная 100 гр	269,63680	12,88720	16,87720	9,35680	100,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	416,82880	18,52760	21,79480	30,21040	250,000
Всего:	1 375,42400	49,88840	53,06360	160,40200	1 228,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из гречи и пшена молочная ("Дружба 1") с маслом	126,40000	3,68708	4,05000	16,75500	150,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Сыр 10 гр	32,41333	2,39208	2,46542	0,00000	10,000
Какао с молоком 150 гр	115,35000	2,82708	2,68958	17,97000	150,000
Итого:	344,66333	11,21624	10,10500	50,71500	340,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Огурец свежий порционный 30 гр	4,28167	0,24500	0,03042	1,16292	30,000
Суп крестьянский со сметаной	75,67708	1,39542	3,62583	8,71208	150,000
Суфле из рыбы	204,75583	20,75125	10,68083	1,65542	60,000
Рагу из овощей .	75,19333	2,08042	2,17042	11,13083	110,000
Напиток из брусники 150 гр	48,92000	0,07500	0,00000	11,62625	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
Итого:	445,02791	25,86709	16,74750	42,64750	523,000
Полдник					
Свекла тушеная в сметанном соусе 100г	71,87000	1,68458	2,43875	11,67250	100,000
Чай с сахаром 150 гр	36,95250	0,00000	0,00000	8,85458	150,000
Печенье 15 гр	68,70000	1,56000	0,78000	11,52000	15,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	223,72250	4,76458	3,39875	42,06708	285,000
Всего:	1 059,41374	42,34791	30,35125	145,52958	1 248,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным 150г	187,04783	4,63174	5,14783	28,16826	150,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02522	4,12522	0,04000	5,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Кофейный напиток с молоком 150 гр	78,54000	2,10261	2,11217	10,60609	150,000
Итого:	373,48783	9,06957	12,28522	54,80435	335,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	39,60000	0,35217	0,35217	10,38391	100,000
Итого:	39,60000	0,35217	0,35217	10,38391	100,000
Обед					
Салат овощной с зеленым горошком	33,44957	0,76391	0,98696	4,95304	40,000
Суп-лапша .	84,32217	1,57826	2,69043	12,16391	150,000
Тефтели из говядины паровые.	144,17348	9,18391	8,38565	4,61522	60,000
Капуста тушеная.	83,09783	2,38870	3,19261	11,78478	120,000
Компот из кураги и изюма 150 гр	46,92957	0,23435	0,00000	11,48522	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
Итого:	428,17262	15,46913	15,49565	53,36217	543,000
Полдник					
Омлет натуральный 110 гр.	160,62652	8,54130	10,98261	2,77130	110,000
Чай с лимоном 150 гр	28,90304	0,03130	0,00304	6,79435	150,000
Пряник 25 гр	87,50000	1,20000	0,70000	19,42522	25,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	323,22956	11,29260	11,86565	39,01087	305,000
Всего:	1 164,49001	36,18347	39,99869	157,56130	1 283,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом	138,37000	4,26259	4,70333	17,38370	150,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02519	4,12519	0,04000	5,000
Чай с сахаром 150 гр	36,91741	0,00000	0,00000	8,85481	150,000
Итого:	283,18741	6,59778	9,72852	42,26851	335,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 200г	92,00000	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Итого:	92,00000	1,00000	0,20000	20,20000	200,000
Обед					
Суп геркулесовый с мясом	99,24593	4,42556	4,19778	9,82778	150,000
Бефстроганов из отварного мяса говядины (вариант 2) 60 гр.	162,66889	9,78556	9,92704	4,73889	60,000
Каша гречневая рассыпчатая 120 г	133,07259	3,67185	3,62741	22,59778	120,000
Компот из ягод замороженных 150 г	79,62000	0,28185	0,05296	18,34037	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
Итого:	528,90741	20,14482	18,16519	68,04482	513,000
Полдник					
Кефир 120 г	67,20000	3,36000	3,84000	4,92000	120,000
Повидло	37,77778	0,06037	0,00000	9,97926	15,000
Запеканка творожная 100 гр	269,20444	12,84481	16,84111	9,35333	100,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	420,38222	17,78518	20,86111	34,27259	255,000
Всего:	1 324,47704	45,52778	48,95482	164,78592	1 303,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
3.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	157,17000	4,38857	5,88536	21,46036	150,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Сыр 10 гр	32,43429	2,39214	2,46571	0,00000	10,000
Кофейный напиток с молоком 150 гр	78,37500	2,10250	2,11214	10,60607	150,000
Итого:	338,47929	11,19321	11,36321	48,05643	340,000
Завтрак второй					
Груша 100 гр	42,30000	0,36000	0,27000	9,27000	100,000
Итого:	42,30000	0,36000	0,27000	9,27000	100,000
Обед					
Помидор порционный 20 гр	5,42964	0,25964	0,04714	1,18000	20,000
Свекольник вегетарианский со сметаной	78,61571	1,35714	3,33500	10,33857	150,000
Котлета из мяса кури.	86,56607	11,42893	2,41357	3,12429	60,000
Макаронные изделия отварные 110 гр.	170,18571	4,31536	2,56036	30,01143	110,000
Компот из кураги	62,75000	0,44000	0,00000	15,38714	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
Итого:	439,74713	19,12107	8,59607	68,40143	513,000
Полдник					
Фруктовое пюре	40,50000	0,56250	0,11250	10,12500	125,000
Чай с лимоном 150 гр	28,83857	0,03143	0,00321	6,79464	150,000
Манник (50 гр)	229,74857	5,57786	6,90536	32,42571	50,000
Итого:	299,08714	6,17179	7,02107	49,34535	325,000
Всего:	1 119,61356	36,84607	27,25035	175,07321	1 278,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным 150г	142,33500	3,71250	4,82900	18,15200	150,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Чай с сахаром 150 гр	36,95250	0,00000	0,00000	8,85500	150,000
Итого:	249,78750	6,02250	5,72900	42,99700	330,000
Завтрак второй					
Груша 60 гр	28,20000	0,24000	0,18000	6,18000	60,000
Итого:	28,20000	0,24000	0,18000	6,18000	60,000
Обед					
Салат из белокачанной капусты со сладкой консервированной кукурузой	27,97900	0,38100	2,01700	2,56550	40,000
Суп гороховый со сметаной	81,60700	2,99600	2,06700	11,73100	150,000
Азу	246,47150	11,96450	11,58600	18,81200	180,000
Напиток из смородины.	45,93750	0,00750	0,00750	11,77500	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
Итого:	438,19500	16,66900	15,91750	53,24350	543,000
Полдник					
Снежок 120 г	99,60000	3,12000	3,84000	13,08000	120,000
Суфле творожное 100 гр	300,59500	12,00300	18,49950	13,62250	100,000
Сгущенное молоко 10 гр	33,76000	0,76050	0,89750	5,91350	10,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	480,15500	17,40350	23,41700	42,63600	250,000
Всего:	1 196,33750	40,33500	45,24350	145,05650	1 183,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша гречневая молочная с маслом сливочным 150г	157,71000	4,63905	4,71238	24,12238	150,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Сыр 10 гр	32,35048	2,39190	2,46571	0,00000	10,000
Кофейный напиток с молоком 150 гр	78,55571	2,10238	2,11190	10,60619	150,000
Итого:	339,11619	11,44333	10,18999	50,71857	340,000
Завтрак второй					
Яблоко 100гр	39,60000	0,35190	0,35190	10,38381	100,000
Итого:	39,60000	0,35190	0,35190	10,38381	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с морской капустой и растительным маслом 40гр.	51,54000	0,51429	3,55048	3,86048	40,000
Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной 150гр	48,40429	1,18048	2,07095	6,06762	150,000
Биточки(котлеты) рыбные 50 гр.	68,28571	6,86000	1,02381	3,87286	50,000
Рис припущенный с овощами	125,59381	2,27095	4,41381	17,99476	100,000
Напиток из вишни	46,50476	0,07524	0,00000	12,05286	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
Итого:	376,52857	12,22096	11,29905	52,20858	513,000
Полдник					
Суп-пюре из разных овощей 150 гр	68,83810	1,81381	2,92810	7,72619	150,000
Чай с молоком 150 гр	50,65429	0,98714	1,05619	8,41524	150,000
Вафли 10 гр	35,00000	0,32000	0,28000	8,09000	10,000
Гренки 20 гр	55,44000	1,71476	0,19000	10,94190	20,000
Итого:	209,93239	4,83571	4,45429	35,17333	330,000
Всего:	965,17715	28,85190	26,29523	148,48429	1 283,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
З.ДОУ 545, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Яйцо отварное	31,40000	2,39500	2,02500	0,13500	20,000
Каша пшенная молочная со сливочным маслом.	151,83591	4,61545	5,62864	17,52500	150,000
Батон 30 гр.	70,50000	2,31000	0,90000	15,99000	30,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Какао с молоком 150 гр	115,43636	2,82727	2,68955	17,97045	150,000
Итого:	406,57227	12,17272	15,36819	51,66045	355,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст.мас 40гр.	55,95182	0,57091	3,58500	4,38727	40,000
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	85,47545	1,50136	3,56591	10,50909	150,000
Бигус с мясом	170,68455	12,76682	11,60136	13,08000	180,000
Компот из чернослива и изюма 150 гр	63,75000	0,24545	0,00000	15,51727	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
Итого:	412,06182	16,40454	18,99227	51,85363	543,000
Полдник					
Сельдь 20 гр	29,46136	3,45591	1,72773	0,00000	20,000
Картофель отварной	68,10545	1,33636	1,38182	11,65636	70,000
Чай с сахаром 150 гр	37,03864	0,00000	0,00000	8,85455	150,000
Вафли 15 гр	52,50000	0,48000	0,42000	12,13500	15,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	233,30545	6,79227	3,70955	42,66591	275,000
Всего:	1 097,93954	35,86953	38,17001	156,27999	1 273,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

МАКУШИНА Е.В.
(расшифровка подписи)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208744631447614036545032762199276272953274060030

Владелец Макушина Елена Владимировна

Действителен с 19.12.2024 по 19.12.2025