

Утверждаю
Копырина Н.А.

10.09.2025

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 от 10.09.2025, 6.ДОУ 450, Дети, 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 200гр	193	5	6	24	200
Батон с маслом 30/6 гр	117	2	6	16	36
Какао с молоком	114	3	3	16	200
Итого:	424	11	16	56	436
Завтрак второй					
Груша 110 гр	47	0	0	10	110
Итого:	47	0	0	10	110
Обед					
Огурец свежий порционный 40 гр	6	0	0	2	40
Борщ с морской капустой со сметаной 200гр	117	2	6	12	200
Рыба отварная под маринадом	158	7	10	7	100
Картофель отварной	159	3	5	23	150
Компот из кураги и изюма 200 гр	80	0	0	19	200
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 25 гр	59	2	0	13	25
Соль 3 гр	0	0	0	0	3
Итого:	634	16	21	89	748
Полдник					
Омлет с сыром 110г	210	12	14	2	110
Напиток из брусники 200 гр	69	0	0	16	200
Печенье 15 гр	70	2	1	12	15
Хлеб пшеничный 25 гр	59	2	0	13	25
Итого:	408	16	15	42	350
Всего:	1513	42	52	197	1644

Стоимость дня: 154р

Рекомендовано на ужин: блюда из мяса, овощи

Заведующий
(должность)


(подпись)

Копырина Н.А.
(расшифровка подписи)