

Утверждаю  
ИВАНОВА Н.Г.

16.10.2025

детский сад  
№ 391

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 5 от 16.10.2025, 7 ДОУ 391, Дети, 5 д 10,5 ч

| Блюдо                                      | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г  | Жиры, г   | Углеводы, г | Выход блюда, г |
|--------------------------------------------|----------------------------------|-----------|-----------|-------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>                             |                                  |           |           |             |                |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 223                              | 6         | 7         | 27          | 200            |
| Масло сливочное 5 гр.                      | 38                               | 0         | 4         | 0           | 5              |
| Батон 40 гр                                | 98                               | 3         | 1         | 22          | 40             |
| Кофейный напиток на молоке                 | 77                               | 2         | 1         | 12          | 200            |
| <b>Итого:</b>                              | <b>435</b>                       | <b>11</b> | <b>14</b> | <b>61</b>   | <b>445</b>     |
| <b>Завтрак второй</b>                      |                                  |           |           |             |                |
| Сок фруктовый 120 г                        | 55                               | 1         | 0         | 12          | 120            |
| <b>Итого:</b>                              | <b>55</b>                        | <b>1</b>  | <b>0</b>  | <b>12</b>   | <b>120</b>     |
| <b>Обед</b>                                |                                  |           |           |             |                |
| Борщ с фасолью вегетарианский со           | 84                               | 2         | 4         | 10          | 200            |
| Тефтели рыбные                             | 142                              | 12        | 4         | 5           | 80             |
| Картофельное пюре 130 гр                   | 119                              | 3         | 3         | 19          | 130            |
| Компот из сухофруктов.                     | 76                               | 0         | 0         | 17          | 200            |
| Хлеб ржаной 40 гр                          | 75                               | 3         | 0         | 17          | 40             |
| Хлеб пшеничный 15 гр                       | 32                               | 1         | 0         | 7           | 15             |
| <b>Итого:</b>                              | <b>528</b>                       | <b>21</b> | <b>11</b> | <b>75</b>   | <b>665</b>     |
| <b>Полдник</b>                             |                                  |           |           |             |                |
| Суп молочный с крупой 0,120                | 71                               | 2         | 3         | 8           | 120            |
| Чай с лимоном 180 гр                       | 32                               | 0         | 0         | 8           | 180            |
| Ватрушка с повидлом 70 гр                  | 228                              | 5         | 4         | 39          | 70             |
| <b>Итого:</b>                              | <b>331</b>                       | <b>7</b>  | <b>7</b>  | <b>54</b>   | <b>370</b>     |
| <b>Всего:</b>                              | <b>1349</b>                      | <b>40</b> | <b>32</b> | <b>202</b>  | <b>1600</b>    |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968151

Владелец Иванова Наталья Геннадиевна

Действителен с 10.10.2025 по 10.10.2026