

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена
Александровна

Подписано цифровой
подписью: Гатченко
Елена Александровна

Гатченко Е.А.

МЕНЮ НА 15.07.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Сырники со сметаной	180	150	215,3	142,63	6,21	3,44	7,92	5,66	35,6	22,35
Батон	30	25	73,4	61,16	2,4	2	0,46	0,39	14,62	12,18
Масло сливочное	5	5	31,3	31,3	0,04	0,04	3,65	3,65	0,06	0,06
Сыр	7	5	46,39	30,93	3,03	2,02	3,73	2,48	0,09	0,06
Чай с лимоном	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
Обед										
Суп перловый	250	150	180,5	160,1	5,5	4,9	6,1	5,8	18,9	14,1
Котлета рубленая	80	60	183	160,13	9,85	8,62	9,24	8,09	12,56	10,99
Макароны с маслом	120	100	98,23	39,29	5,4	2,16	5,59	2,24	10,52	4,21
Хлеб пшеничный	30	15	48,93	24,47	1,6	0,8	0,31	0,16	9,75	4,87
Хлеб ржано-пшеничный	20	10	99,18	79,34	3,6	2,88	0,83	0,66	19,57	15,65
Компот из сухофруктов	180	180	136	136	0,6	0,6	0,4	0,4	32,6	32,6
Полдник										
Йогурт	200	150	101,43	84,53	5,31	4,43	5,72	4,77	7,34	6,12
Пряник	30	20	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	2,1	25,5	20,8
Ужин										
Молочно манная каша с маслом	250	200	230,3	201,5	7,5	7,1	9	8,2	24,5	21,1
Хлеб ржаной	25	20	48,93	48,93	1,6	1,6	0,31	0,31	9,75	9,75
Какао с молоком	200	180	195,5	180,4	9	7,65	8,9	8,1	29,9	26,5
	1970	1565	1795,05	1520,98	67,6	55,75	63,69	53,94	249,05	211,01