

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Е.А. Елена Александровна

МЕНЮ НА 17.07.2025г

|                                               | Выход блюда |      | Энергетическая ценность (ккал) |         | белки |       | жиры  |       | углеводы |        |
|-----------------------------------------------|-------------|------|--------------------------------|---------|-------|-------|-------|-------|----------|--------|
|                                               | сад         | ясли | сад                            | ясли    | сад   | ясли  | сад   | ясли  | сад      | ясли   |
| Завтрак                                       |             |      |                                |         |       |       |       |       |          |        |
| Молочный суп с макаронными изделиями с маслом | 250         | 200  | 213,9                          | 179,8   | 6,6   | 5,9   | 6,1   | 5,5   | 28,5     | 17,5   |
| Батон                                         | 30          | 20   | 73,4                           | 48,93   | 2,4   | 1,6   | 0,46  | 0,31  | 14,62    | 9,75   |
| 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  |
| Яблоко                                        | 100         | 100  | 44                             | 44      | 0,4   | 0,4   | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 9,8    |
|                                               |             |      |                                |         |       |       |       |       |          |        |
| Обед                                          |             |      |                                |         |       |       |       |       |          |        |
| Свекольник со сметаной                        | 250         | 150  | 180,5                          | 160,1   | 5,5   | 4,9   | 6,1   | 5,8   | 18,9     | 14,1   |
| Жаркое по домашнему                           | 200         | 160  | 342,44                         | 298,15  | 19,89 | 16,85 | 19,46 | 16,4  | 29,9     | 16,6   |
| Хлеб пшеничный                                | 30          | 15   | 48,93                          | 24,47   | 1,6   | 0,8   | 0,31  | 0,16  | 9,75     | 4,88   |
| Хлеб ржано-пшеничный                          | 20          | 10   | 99,18                          | 79,34   | 3,6   | 2,88  | 0,83  | 0,66  | 19,57    | 15,65  |
| Овощи свежие                                  | 50          | 30   | 6,6                            | 4,4     | 0,3   | 0,2   | 0,06  | 0,04  | 1,14     | 0,76   |
| Компот из сухофруктов                         | 180         | 180  | 136                            | 136     | 0,6   | 0,6   | 0,4   | 0,4   | 32,6     | 32,6   |
|                                               |             |      |                                |         |       |       |       |       |          |        |
| Полдник                                       |             |      |                                |         |       |       |       |       |          |        |
| Ряженка                                       | 200         | 180  | 171,4                          | 151,26  | 4,2   | 3,78  | 3,72  | 3,35  | 30,24    | 27,22  |
| Печенье овсяное                               | 20          | 10   | 41,27                          | 41,27   | 0,77  | 0,77  | 1,57  | 1,57  | 6,17     | 6,17   |
|                                               |             |      |                                |         |       |       |       |       |          |        |
| Ужин                                          |             |      |                                |         |       |       |       |       |          |        |
| Запеканка творожная со сметаной               | 180         | 150  | 213,9                          | 179,8   | 6,6   | 5,9   | 6,1   | 5,5   | 28,5     | 17,5   |
| Хлеб ржаной                                   | 20          | 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        | 1580 | 1927,40                        | 1582,24 | 70,43 | 55,89 | 70,65 | 57,22 | 265,45   | 219,55 |