

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена
Александровна

Подписано
цифровым
подписью: Гатченко
Елена Александровна

Гатченко Е.А.

МЕНЮ НА 18.07.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
½ яйца вареного	80	60	57,17	57,17	4,96	4,96	4,22	4,22	0,31	0,31
Икра из баклажан св.	100	80	169,17	135,34	6,5	5,2	6,75	5,4	20,28	16,22
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 сахаром	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
Яблоко	100	90	44	39,6	0,4	0,36	0,4	0,36	9,8	8,82
Обед										
Суп с клецками	250	150	144,05	86,05	4,97	2,98	5,27	4,8	21,48	10,9
Плов с птицей	180	160	342,44	298,15	19,89	16,85	19,46	16,4	29,9	16,6
Салат из капусты св.	40	30	28,28	18,85	0,38	0,26	2,43	1,62	1,46	0,97
Хлеб пшеничный	30	10	48,93	24,47	1,6	0,8	0,31	0,16	9,75	4,88
Хлеб ржано-пшеничный	20	15	99,18	79,34	3,6	2,88	0,83	0,66	19,57	15,65
Компот из сухофруктов	180	150	102,46	85,39	0,86	0,72	1,26	1,05	26,71	22,26
Полдник										
Сок фруктовый	100	100	171,4	171,4	6,5	6,5	3,72	3,72	30,24	30,24
Батон со сгущенным молоком	50	30	206,32	82,53	3,83	1,53	7,84	3,14	30,83	12,33
Ужин										
Молочно пшённая каша с маслом	250	200	205,10	198,50	7,5	7,1	9	8,4	25,5	22,1
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
	1950	1571	1790,18	1505,39	63,85	53,11	64,62	55,06	257,68	216,28