

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена  
Александровна

Подписано цифровой  
подписью: Гатченко  
Елена Александровна

Гатченко Е.А.

МЕНЮ НА 09.04.2025г

|                                          | Выход<br>блюда |      | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |         | белки |       | жиры  |       | углеводы |        |
|------------------------------------------|----------------|------|--------------------------------------|---------|-------|-------|-------|-------|----------|--------|
|                                          | сад            | ясли | сад                                  | ясли    | сад   | ясли  | сад   | ясли  | сад      | ясли   |
| Завтрак                                  |                |      |                                      |         |       |       |       |       |          |        |
| Печень тушеная                           | 40             | 35   | 82,22                                | 58,73   | 6,38  | 4,56  | 1,87  | 1,34  | 0,21     | 0,15   |
| Макароны с маслом                        | 120            | 90   | 220,25                               | 165,18  | 7,8   | 6,1   | 6,31  | 4,73  | 31,08    | 23,31  |
| 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   |
| 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   |
| Гуляш из отварного<br>мяса               | 80             | 60   | 204                                  | 153     | 9,74  | 7,31  | 12,04 | 9,03  | 10,03    | 7,52   |
| Картофель отварной<br>с маслом           | 120            | 80   | 142,09                               | 94,73   | 5,65  | 3,77  | 5,28  | 3,52  | 22,02    | 14,68  |
| Хлеб пшеничный                           | 30             | 10   | 48,93                                | 24,47   | 1,6   | 0,8   | 0,31  | 0,16  | 9,75     | 4,88   |
| Хлеб ржано-<br>пшеничный                 | 20             | 15   | 99,18                                | 79,34   | 3,6   | 2,88  | 0,83  | 0,66  | 19,57    | 15,65  |
| Компот из<br>сухофруктов                 | 180            | 180  | 136                                  | 136     | 0,6   | 0,6   | 0,4   | 0,4   | 32,6     | 32,6   |
|                                          |                |      |                                      |         |       |       |       |       |          |        |
| Полдник                                  |                |      |                                      |         |       |       |       |       |          |        |
| Молоко                                   | 200            | 180  | 171,4                                | 151,26  | 4,2   | 3,78  | 3,72  | 3,35  | 30,24    | 27,22  |
| Пряник                                   | 20             | 20   | 41,27                                | 41,27   | 0,77  | 0,77  | 1,57  | 1,57  | 6,17     | 6,17   |
|                                          |                |      |                                      |         |       |       |       |       |          |        |
| Ужин                                     |                |      |                                      |         |       |       |       |       |          |        |
| Молочно<br>геркулесовая каша с<br>маслом | 250            | 200  | 230,3                                | 201,5   | 7,5   | 7,1   | 9     | 8,2   | 24,5     | 21,1   |
| Хлеб йодированный                        | 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 |