

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Е.А.
Елена Александровна

МЕНЮ НА 11.07.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
½ яйца отварного	170	150	82,22	58,73	6,38	4,56	1,87	1,34	0,21	0,15
Икра из свежих кабачков	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
Кисель фруктовый	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
Обед										
Суп с макаронными изделиями	250	150	144,05	86,43	4,97	2,98	5,27	4,8	21,48	10,9
Плов с птицей	180	150	245	183,75	10,63	7,97	16,86	12,65	22,22	16,67
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	180	136	136	0,6	0,6	0,4	0,4	32,6	32,6
Полдник										
Ряженка	180	150	101,43	84,53	5,31	4,43	5,72	4,77	7,34	6,12
Батон со сгущенным молоком	50	30	41,27	41,27	0,77	0,77	1,57	1,57	6,17	6,17
Ужин										
Сельдь с луком	35	25	82,22	58,73	6,38	4,56	1,87	1,34	0,21	0,15
Картофель отварной с маслом	150	120	178,08	142,46	2,93	2,34	6,6	5,28	22,88	18,3
Хлеб ржаной	20	20	48,93	48,93	1,6	1,6	0,31	0,31	9,75	9,75
Чай с лимоном	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
	1910	1550	2004,12	1624,03	85,67	65,48	70,65	59,64	274,78	206,54