

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Е.А. Елена Александровна

МЕНЮ НА 10.07.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Молочно геркулесовый суп с маслом	250	200	230,3	201,5	7,5	7,1	9	8,2	24,5	21,1
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
Банан	100	90	44	39,6	0,4	0,36	0,4	0,36	9,8	8,82
Обед										
Свекольник со сметаной	250	150	135	81	1,87	1,12	3,12	1,87	10,88	6,53
Бефстроганов из отварного мяса	80	70	201	175,87	11,5	10,06	7,13	6,24	2,29	2
Капуста тушеная	120	90	220,25	165,18	7,8	6,1	6,31	4,73	31,08	23,31
Овощи порционные	60	40	52,44	34,96	0,96	0,64	3,64	2,43	2,15	1,43
Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	30 20	10 15	48,93 99,18	24,47 79,34	1,6 3,6	0,8 2,88	0,31 0,83	0,16 0,66	9,75 19,57	4,87 15,65
Компот из сухофруктов	180	150	102,46	85,39	0,86	0,72	1,26	1,05	26,71	22,26
Полдник										
Молоко кипяченое	200	180	95	79,2	0,09	0,07	0,04	0,03	12,4	10,3
Печенье овсяное	20	10	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	1,1	25,5	20,8
Ужин										
Запеканка творожная со сметаной с маслом	170	150	230,3	201,5	7,5	7,1	9	8,2	24,5	21,1
Хлеб ржаной	20	20	48,93	48,93	1,6	1,6	0,31	,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
	2000	1621	1932,01	1528,56	70,72	57,91	68,95	57,22	280,35	220,28