

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Е.А. Елена Александровна

МЕНЮ НА 02.07.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Молочно геркулесовая каша 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
Какао с молоком	200	180	195,5	180,4	9	7,65	8,9	8,1	29,9	26,5
Обед										
Суп перловый	250	150	180,5	160,1	5,5	4,9	6,1	5,8	18,9	14,1
Бефстроганов из отварного мяса	80	60	245	183,75	10,63	7,97	16,86	12,65	22,22	16,67
Макароны с маслом	120	100	52,44	34,96	0,84	0,56	3,64	2,43	5,42	3,6
Салат из свежей капусты	60	40	3	2	0,24	0,16	0,03	0,02	0,51	0,43
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										
Молоко	200	150	136	136	0,6	0,6	0,4	0,4	32,6	32,6
Батон с повидлом	50	50	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 йодированный	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
	2035	1625	2138,81	1717,7	82,75	66,9	75,95	61,96	273,02	223,43