Заведующий МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю / Петрова Е.К.
Дата: «16» июля 2025г.

Меню

9 день	Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак										
Суп молочный	0,150	0,180	4,35	5,22	4,11	4,93	13,93	16,72	110,10	132,12
Яйца отварные	0,020	0,020	5,08	5,08	4,60	4,60	0,28	0,28	63,00	63,00
Масло сливочное	0,003	0,003	0,00	0,00	2,18	2,18	0,04	0,04	19,80	19,80
Батон	0,027	0,027	2,90	2,90	1,20	1,20	11,80	11,80	74,00	74,00
Кофейный напиток с молоком	0,150	0,180	2,38	2,85	2,01	2,41	11,97	14,36	75,83	91,00
Второй завтрак										
Плоды свежие	0,105	0,110	0,42	0,44	0,42	0,44	10,29	10,78	46,20	48,40
Обед										
Овощи свежие	0,050	0,060	1,10	1,32	2,30	2,76	5,44	6,53	46,85	56,22
Суп с рыбными консервами	0,180	0,180	6,19	6,19	6,05	6,05	10,32	10,32	120,42	120,42
Голубцы ленивые	0,130	0,140	4,04	4,36	8,81	9,49	58,79	63,31	153,26	165,04
Компот из сухофруктов	0,150	0,160	0,33	0,35	0,02	0,02	20,83	22,21	84,75	90,40
Хлеб пшеничный	0,010	0,010	1,10	1,10	0,50	0,50	4,40	4,40	27,40	27,40
Хлеб ржаной	0,032	0,040	1,92	2,40	0,32	0,40	14,24	17,80	69,44	86,80
Полдник										
Кондитерские изделия	0,036	0,060	2,28	3,80	6,48	10,80	23,76	39,60	162,00	270,00
Икра кабачковая (сезон)	0,030	0,050	0,30	0,50	1,65	2,75	1,82	3,04	23,90	39,83
Зразы картофельные с мясом	0,120	0,120	9,41	9,41	7,77	7,77	22,23	22,23	200,78	200,78
Чай с лимоном	0,180	0,180	0,11	0,11	0,02	0,02	9,32	9,32	37,46	37,46
Хлеб пшеничный	0,010	0,020	1,10	2,10	0,50	0,90	4,40	8,70	27,40	54,80
итого			**43,007**	**48,124**	**48,920**	**57,202**	**223,854**	**261,438**	**1342,589**	**1577,477**
Специалист по питанию Сенив М.В.										
Повар Коптева С.А.										