И.о.заведующего МБДОУ «Ромашка»
Утверждаю Виноградова Е.С.
Дата: «02» октября 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.*** | | | | | | | | | | |