

Согласовано:

Заведующий МБДОУ №9 г. Шахты  
№9 Т. Г. Вифлянцева  
печать, подпись, расшифровка



### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждениях возрастной группы 3-7 лет, с 10,5 часовым пребыванием

"\_\_" \_\_\_\_\_ 2025г.

Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность	Наименование блюд	Выход
Б	Ж	У			
<b>Неделя 1/ день 2</b>					
<b>Завтрак</b>					
4,95	4,09	16,07	120,89	суп молочный с макаронными изделиями	180
3,24	7,6	19,45	159,52	бутерброд с маслом 40/10	50
0,28	0,00	9,54	39,28	чай с лимоном и сахаром	180
8,47	11,69	45,06	319,69	<b>Итого</b>	<b>410</b>
<b>2-й завтрак</b>					
0,40	0,40	9,80	47,00	фрукты свежие	100
0,4	0,4	9,8	47,0	<b>Итого</b>	<b>100</b>
<b>Обед</b>					
0,67	2,25	3,83	38,00	свекла отварная с растительным маслом	50
1,42	4,20	12,98	95,40	борщ с капустой и картофелем со сметаной	185
14,14	3,20	10,10	126,40	котлеты рубленые из птицы	70
3,20	4,16	31,63	176,36	каша рисовая рассыпчатая	130
0,28	0,99	1,40	16,02	соус сметанный с томатом	20
0,45	0,00	17,82	72,90	компот из смеси сухофруктов с витамином С	180
2,00	0,33	16,47	76,85	хлеб ржаной	30
1,57	0,20	9,67	46,76	хлеб пшеничный	20
23,73	15,33	103,90	648,69	<b>Итого</b>	<b>685</b>
<b>Полдник</b>					
12,40	7,40	21,00	199,60	запеканка из творога с морковью	120
0,60	2,58	3,97	41,50	соус молочный сладкий	20
4,35	3,75	6,00	75,00	кисломолочный продукт	150
17,4	13,7	31,0	316,1	<b>Итого</b>	<b>290</b>
50,0	41,2	189,7	1331,5	<b>Всего на день</b>	<b>1485</b>
				Соль йодированная	5