

Согласовано:

Заведующий МБДОУ №9 г.Нахты

Г. Т. Вишнякова

печать, подпись, расшифровка

Утверждаю:

И. П. Чернов К. А.

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			
Неделя 1/ день 3					
<b>Завтрак</b>					
7,70	7,96	28,30	215,64	каша жидкая молочная гречневая с маслом и сахаром	170
2,17	3,52	23,2	133,16	бутерброд с повидлом 30/5/15	50
0,18	0	9,34	38,08	чай с сахаром	180
<b>10,1</b>	<b>11,5</b>	<b>60,8</b>	<b>386,9</b>	<b>Итого</b>	<b>400</b>
<b>2-й завтрак</b>					
0,50	0,00	10,10	42,40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100
<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>	<b>Итого</b>	<b>100</b>
<b>Обед</b>					
0,41	0,083	1,25	7,08	овощи по сезону нарезке (огурец)	50
2,43	2,34	17,01	99,90	суп картофельный с макаронными изд	180
15,12	13,68	11,52	231,12	голубцы с мясом (ленивые) 2*90	180
0,87	1,5	1,76	24,03	соус сметанный	30
0,09	0,00	26,16	105,02	кисель из повидла 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
<b>22,494</b>	<b>18,133</b>	<b>83,84</b>	<b>590,76</b>	<b>Итого</b>	<b>670</b>
<b>Полдник</b>					
5,04	2,91	42,73	217,27	пирожок с картофелем и луком	80
4,2	3,24	11,4	90,36	какао с молоком	180
<b>9,24</b>	<b>6,15</b>	<b>54,13</b>	<b>307,63</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>
<b>42,3</b>	<b>35,8</b>	<b>208,9</b>	<b>1327,7</b>	<b>Всего на день</b>	<b>1430</b>
				<b>Соль йодированная</b>	<b>5</b>