

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

МЕНЮ 9

На «18» сентября 2025 года



На «18» сентября 2025 года									
№ п/п	Наименование приема пищи	ЯС.П.	Пищевые вещества					Витамин С	
		10,5 час.	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал		
ЗАВТРАК									
			150/3	6.18	5.95	14.47	136		
1	Каша полбяная молочная с маслом		160	2	2.2	11.3	73.3		
2	Какао с молоком		25/5	1.9	4.4	13	99		
3	Бутерброд с маслом сливочным								
ВТОРОЙ ЗАВТРАК									
			125	0.6	0	10	42		
1	Сок								
ОБЕД									
			30	0.42	0.06	1.37	9		
1	Салат из свеж капусты		150/10	2.9	6.4	10.27	110.3		
2	Суп с греч крупой и картофелем с кур		50	6.3	5.9	22	166		
3	Ежики рыбные с рисом в томатном соусе		110	3.13	3.76	13.03	131.15		
4	Пюре картофельное		150			8.34	33.34		
5	Кисель		30	1.5	0.3	14.3	66		
6	Хлеб сельский								
ПОЛДНИК									
			10	0.1	0.9	15	69		
1	Крекер		100	3.1	2.5	4.4	54.8		
2	Кефир		100/10	5.82	8.1	15.53	158		
3	Суфле из творога со сгущ молоком		160/4	0.05	0.01	4.42	18		
4	Чай с сахаром		20	1.6	0.2	9.8	47		
5	Хлеб пшеничный								
Старшая медсестра:  Мутовкина А.А.									

Мутовкина А.А.

Старшая медсестра

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ «Детский сад № 379»

МЕНЮ 9

На «18» сентября 2025 года



№ п/п	Наименование приема пищи	САД	Пищевые вещества				Витамин С
		10,5 час	белки	жиры	углеводы	Ккал	
ЗАВТРАК		выход					
1	Каша полбяная молочная с маслом	200/3	8,2	7,9	19,2	180	
2	Какао с молоком	180	2,42	2,58	13,61	87	
3	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,91	4,35	12,89	99	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
1	Сок	125	0,6	0,06	21	91	
ОБЕД							
1	Салат из свеж капусты	50	0,55	0,1	1,9	12	
2	Суп с греч крупой и картофелем с кур	200/6	3,5	7,8	19,7	163	
3	Ежики рыбные с рисом в томатном соусе	70	8,75	8,2	27	217	
4	Пюре картофельное	130	5,5	5	23	129	
5	Кисель	180	0,18	0,1	25,8	89	
6	Хлеб сельский	37,5	1,8	0,4	18	82,5	
ПОЛДНИК							
1	Крекер	10	1,5	4	27,1	150	
2	Кефир	110	3,68	2,75	5,07	68	
3	Суфле из творога со сгущ молоком	150/20	9	12,5	24	245	
4	Чай с сахаром	180/5	0,06	0,02	4,99	20	
5	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
Старшая медсестра		Мутовкина А. А.					

Мутовкина А.А.

Старшая медсестра