



Утверждаю:  
Директор МБОУ  
«Центр образования №9»  
Е.А.Кулагина

## МЕНЮ 7 июля 2025г

| №  | Наименование блюда                  | Выход (вес пор/гр) |      | Энергетическая ценность (Ккал) |      |
|----|-------------------------------------|--------------------|------|--------------------------------|------|
|    |                                     | Сад                | Ясли | Сад                            | Ясли |
|    | <b>1. Завтрак</b>                   |                    |      |                                |      |
| 1. | Макароны с сыром                    | 70                 | 65   | 136                            | 114  |
| 2. | Чай со сгущенным молоком            | 170                | 150  | 80                             | 48   |
| 3. | Печенье                             | 35                 | 29   | 145                            | 120  |
|    |                                     |                    |      |                                |      |
|    |                                     |                    |      |                                |      |
|    | <b>2. Завтрак</b>                   |                    |      |                                |      |
|    |                                     |                    |      |                                |      |
|    | Апельсин                            | 90                 | 70   | 33                             | 25   |
|    |                                     |                    |      |                                |      |
|    | <b>Обед</b>                         |                    |      |                                |      |
|    |                                     |                    |      |                                |      |
| 1. | Щи из свежей капусты с картофелем   | 200                | 180  | 168                            | 136  |
| 2. | Тефтели из говядины с рисом «Ежики» | 110                | 100  | 188                            | 180  |
| 3. | Соус томатный                       | 50                 | 50   | 26                             | 26   |
| 4. | Компот из изюма                     | 170                | 150  | 76                             | 66   |
| 5. | Хлеб ржаной                         | 40                 | 32   | 78                             | 58   |
|    |                                     |                    |      |                                |      |
|    | <b>Уплотненный полдник</b>          |                    |      |                                |      |
|    |                                     |                    |      |                                |      |
| 1. | Каша манная молочная                | 200                | 180  | 198                            | 159  |
| 2. | Какао с молоком                     | 160                | 150  | 115                            | 103  |
| 3. | Булка с маслом                      | 30/10              | 25/7 | 153                            | 118  |
|    |                                     |                    |      |                                |      |
|    |                                     |                    |      | 1372                           | 1050 |