

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9
Гатченко Елена Александровна
Подписано цифровой подписью: Гатченко Елена Александровна

МЕНЮ НА 13.05-2024г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
½ яйца отварного	20	20	256,61	220,68	17,26	14,83	7,44	6,4	30,2	25,97
Пшённая каша с маслом	120	100	142,09	94,73	5,65	3,77	5,28	3,52	22,02	14,68
Икра кабачковая	50	30	26,5	21,2	1,94	1,55	0,24	0,19	5,9	3,28
Батон	30	25	73,4	61,16	2,4	2	0,46	0,39	14,62	12,18
Масло сливочное	5	5	31,3	31,3	0,04	0,04	3,65	3,65	0,06	0,06
Чай с сахаром	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
Обед										
Свекольник со сметаной	250	150	135,85	81,51	5,83	3,5	6,88	4,13	22,15	13,29
Биточки мясные	80	60	124,25	99,4	5,41	4,33	6,94	5,55	6,99	5,59
Картофельное пюре с маслом	120	80	120,5	87,6	5,5	4,8	4,07	3,05	19,9	12,78
Хлеб пшеничный	50	30	61,16	24,47	2	0,8	0,39	0,16	12,18	4,88
Хлеб ржано-пшеничный	30	20	99,18	79,34	3,6	2,88	0,83	0,66	19,57	15,65
Компот из сухофруктов	180	150	102,46	85,39	0,86	0,72	1,26	1,05	26,71	22,26
Полдник										
Кефир	180	150	184,58	170,74	9,28	8,58	9,82	9,08	15,22	14,08
Печенье овсяное	20	3150	206,32	82,53	3,83	1,53	7,84	3,14	30,83	12,33
Ужин										
Молочно рисовый суп с маслом	250	200	256,61	220,68	17,26	14,83	7,44	6,4	30,2	25,97
Хлеб йодированный	25	25	61,16	61,16	2	2	0,39	0,39	12,18	12,18
Какао с молоком	200	180	195,5	180,4	9	7,65	8,9	8,1	29,9	26,5
	2005	1601	2013,13	1588,44	74,28	59,81	70,78	56,18	294,57	225,75