

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Елена Александровна

Гатченко Е.А.

МЕНЮ НА 24.07.2024г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Сельдь с луком	40	30	88,88	57,17	3,88	4,96	8,18	4,22	0,78	0,31
Картофель отварной с маслом	120	90	220,25	165,18	7,8	6,1	6,31	4,73	31,08	23,31
Батон	30	20	61,16	48,93	2	1,6	0,39	0,31	12,18	9,75
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	195,5	180,4	9	7,65	8,9	8,1	29,9	26,5
Обед										
Суп с макаронными изделиями	250	150	144,05	86,43	4,97	2,98	5,27	4,8	21,48	10,9
Гуляш из отварного мяса	80	60	290,1	238,9	15,5	13,8	15,67	14,8	19,83	11,53
Ячневая каша с маслом	120	100	59,3	39,58	0,98	0,66	3,51	2,34	6,23	4,16
Хлеб пшеничный	50	30	61,16	48,93	2	1,6	0,39	0,31	12,18	9,75
Хлеб ржано-пшеничный	20	15	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										
Молоко кипяченое	200	180	112,7	112,7	5,9	5,9	6,35	6,35	8,15	8,15
Батон со сгущенным молоком	50	30	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	1,1	25,5	20,8
Ужин										
Молочно геркулесовая каша с маслом	250	200	88,88	57,17	3,88	4,96	8,18	4,22	0,78	0,31
Хлеб ржано-пшеничный	20	20	39,67	39,67	1,44	1,44	0,33	0,33	7,83	7,83
Какао с молоком	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
	2080	1620	1824,8	1426,9	67,11	55,5	72,62	57,02	242,14	189,26