

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Е.А.
Елена Александровна

МЕНЮ НА 14.03.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Запеканка творожная со сметаной	160	136	256,61	220,68	17,26	14,83	7,44	6,4	30,2	25,97
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 лимоном	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
Обед										
Суп с макаронными изделиями	250	150	158,4	95,04	8,58	5,15	4,88	2,93	14,23	8,54
Плов с птицей	180	150	164	136,67	16,64	13,87	4,26	3,55	14,8	12,33
Салат из свежей капусты	60	40	34,2	22,8	1,67	1,12	0,04	0,03	7,08	4,72
Хлеб пшеничный	30	10	48,93	24,47	1,6	0,8	0,31	0,16	9,75	4,88
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	150	101,43	84,53	5,31	4,43	5,72	4,77	7,34	6,12
Батон с повидлом	50	20	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	1,1	25,5	20,8
Ужин										
Молочно ячневая каша с маслом	250	200	230,3	201,5	7,5	7,1	9	8,2	24,5	21,1
Хлеб йодированный	20	20	48,93	48,93	1,6	1,6	0,31	0,31	9,75	9,75
Какао с молоком	200	180	195,5	180,4	9	7,65	8,9	8,1	29,9	26,5
	2025	1595	2218,68	1724,97	77,09	62,24	75,94	59,69	267,61	202,88