

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена
Александровна

Подписано цифровой
подписью: Гатченко Е.А.
Александровна

МЕНЮ НА 04.10.2024г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
Завтрак	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Запеканка творожная со сметаной	160	115	280,3	171,1	21,1	12,86	8,23	5,88	29,8	16,68
Батон	30	25	73,4	61,16	2,4	2	0,46	0,39	14,62	12,18
Сыр	15	10	46,39	30,93	3,03	2,02	3,73	2,48	0,09	0,06
Масло сливочное	5	5	31,3	31,3	0,04	0,04	3,65	3,65	0,06	0,06
Яблоко	100	100	44	44	0,4	0,04	0,4	0,4	9,8	9,8
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	179,32	107,59	6,59	3,95	5,7	3,42	30,23	18,14
Плов с птицей	180	150	245	183,75	10,63	7,97	16,86	12,65	22,22	16,67
Салат из свеклы с зеленым горошком	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
Сок фруктовый	180	150	136	102	0,6	0,45	0,4	0,3	32,6	24,45
Полдник										
Молоко кипяченое	200	180	184,58	170,74	9,28	8,58	9,82	9,08	15,22	14,08
Батон со сгущенным молоком	50	30	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	1,1	25,5	20,8
Ужин										
Молочно ячневый суп с маслом	250	200	205,1	198,5	7,5	7,1	9	8,4	25,5	22,1
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
	1930	1590	1874,37	1452,61	62,47	47,05	63,65	50,21	287,09	224,38