

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена
Александровна

Подписано цифровой
подписью: Гатченко Елена
Александровна
Гатченко Е.А.

МЕНЮ НА 12.02.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Печень тушеная	40	35	82,22	58,73	6,38	4,56	1,87	1,34	0,21	0,15
Макароны с маслом	120	90	220,25	165,18	7,8	6,1	6,31	4,73	31,08	23,31
Батон	30	20	73,4	48,93	2,4	1,6	0,46	0,31	14,62	9,75
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 гречневый	250	150	180,5	160,1	5,5	4,9	6,1	5,8	18,9	14,1
Бефстроганов из отварного мяса	80	60	204	153	9,74	7,31	12,04	9,03	10,03	7,52
Капуста тушеная	120	80	142,09	94,73	5,65	3,77	5,28	3,52	22,02	14,68
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	180	136	136	0,6	0,6	0,4	0,4	32,6	32,6
Полдник										
Чай с сахаром	200	180	171,4	151,26	4,2	3,78	3,72	3,35	30,24	27,22
Булочка	50	30	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
	1970	1580	1927,40	1582,24	70,43	55,89	70,65	57,22	265,45	219,55