

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Е.А. Елена Александровна

МЕНЮ НА 27.03.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
½ яйца вареного	40	40	57,17	57,17	4,96	4,96	4,22	4,22	0,31	0,31
Макароны с маслом	120	90	220,25	165,18	7,8	6,1	6,31	4,73	31,08	23,31
Икра кабачковая	60	50	65,9	59,9	3,5	3,2	4,5	4,1	8,5	8,1
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										
Свекольник со сметаной	250	150	144,05	86,05	4,97	2,98	5,27	4,8	21,48	10,9
Запеканка картофельная с мясом	200	160	342,44	298,15	19,89	16,85	19,46	16,4	29,9	16,6
Салат из свежей капусты	60	40	52,44	34,96	0,84	0,56	3,64	2,43	5,42	3,6
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										
Ряженка	200	200	171,4	171,4	6,5	6,5	3,72	3,72	30,24	30,24
Батон с повидлом	50	30	206,32	82,53	3,83	1,53	7,84	3,14	30,83	12,33
Ужин										
Молочно пшеничная каша с маслом	250	200	205,10	198,50	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
	1950	1571	1790,18	1505,39	63,85	53,11	64,62	55,06	257,68	216,28