

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Е.А. Елена Александровна

МЕНЮ НА 06.03.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Молочно рисовая каша с маслом	250	200	230,3	201,5	7,5	7,1	9	8,2	24,5	21,1
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
Сыр	15	10	46,39	30,93	3,03	2,02	3,73	2,48	0,09	0,06
Чай с сахаром	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
Обед										
Свекольник со сметаной	250	150	180,5	160,1	5,5	4,9	6,1	5,8	18,9	14,1
Котлета мясная	80	60	98,4	73,8	8,8	6,6	2,4	1,8	9,6	7,2
Макароны с маслом	120	90	115,08	92	4,71	3,77	4,86	3,89	18,35	14,68
Огурец соленый	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	4,87
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										
Ряженка	200	150	101,43	84,53	5,31	4,43	5,72	4,77	7,34	6,12
Печенье Ушки	10	10	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	2,1	25,5	20,8
Ужин										
Запеканка творожно рисовая со сметаной	250	200	230,3	201,5	7,5	7,1	9	8,2	24,5	21,1
Хлеб йодированный	25	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	1565	1795,05	1520,98	67,6	55,75	63,69	53,94	249,05	211,01