

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена
Александровна

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

МЕНЮ НА 20.09.2024г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Сырники со сметаной	80	50	88,88	57,17	3,88	4,96	8,18	4,22	0,78	0,31
Батон	30	20	61,16	48,93	2	1,6	0,39	0,31	12,18	9,75
Сыр	10	10	30,93	30,93	2,02	2,02	2,48	2,48	0,06	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	195,5	180,4	9	7,65	8,9	8,1	29,9	26,5
Обед										
Суп с макаронными изделиями	250	150	179,32	107,59	6,59	3,95	5,7	3,42	30,23	18,14
Птица тушеная с овощами	180	150	164	136,67	16,64	13,87	4,26	3,55	14,8	12,33
Хлеб пшеничный	50	30	61,16	48,93	2	1,6	0,39	0,31	12,18	9,75
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	102,46	85,39	0,86	0,72	1,26	1,05	26,71	22,26
Полдник										
Молоко кипяченое	200	180	184,58	170,74	9,28	8,58	9,82	9,08	15,22	14,08
Батон с повидлом	50	30	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	1,1	25,5	20,8
Ужин										
Молочно пшённая каша с маслом	250	200	230,3	201,5	7,5	7,1	9	8,2	24,5	21,1
Хлеб йодированный	20	20	39,67	39,67	1,44	1,44	0,33	0,33	7,83	7,83
Какао с молоком	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
	2080	1620	1824,8	1426,9	67,11	55,5	72,62	57,02	242,14	189,26