

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена
Александровна

Подписано цифровой
подписью: Гатченко
Елена Александровна

Гатченко Е.А.

МЕНЮ НА 21.02.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Запеканка творожно манная со сметаной	170	150	245	183,75	10,63	7,97	16,86	12,65	22,22	16,67
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
Банан	100	100	48,4	48,4	0,44	0,44	0,44	0,44	10,78	10,78
Обед										
Суп с клецками	250	150	135	81	1,87	1,12	3,12	1,87	10,88	6,53
Плов с птицей	180	150	245	183,75	10,63	7,97	16,86	12,65	22,22	16,67
Помидор 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	4,88
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										
Молоко кипяченое	200	150	136	136	0,6	0,6	0,4	0,4	32,6	32,6
Пряник	10	10	41,27	41,27	0,77	0,77	1,57	1,57	6,17	6,17
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
	2035	1625	2138,81	1717,7	82,75	66,9	75,95	61,96	273,02	223,43