

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Е.А.

МЕНЮ НА 26.12.2024г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
Завтрак	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Оладьи со сгущенным молоком	80	60	205,1	198,5	7,5	7,1	9	8,4	25,5	22,1
Батон	30	25	61,16	61,16	2	2	0,39	0,39	12,18	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
Яблоко	100	95	44	39,6	0,4	0,36	0,4	0,36	9,8	8,82
Обед										
Свекольник со сметаной	250	150	135	81	1,87	1,12	3,12	1,87	10,88	6,53
Запеканка картофельная с мясом	180	160	290,1	238,9	15,5	13,8	15,67	14,8	19,83	11,53
Салат из квашеной капусты	60	40	34,2	22,8	1,67	1,12	0,04	0,03	7,08	4,72
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										
Снежок	200	170	112,7	95,8	5,9	5	6,35	5,4	8,15	6,93
Батон с повидлом	20	15	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	1,1	25,5	20,8
Ужин										
Молочно пшеничный суп с маслом	250	200	205,1	198,5	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
	2015	1580	2122,06	1629,92	65,8	52,11	62,74	48,34	287,83	215,92