

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена
Александровна

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

МЕНЮ НА 13.09.2024г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Запеканка творожная со сметаной	160	115	280,3	171,1	21,1	12,86	8,23	5,88	29,8	16,68
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 лимоном	200	180	55,6	50,09	0,86	0,77	1,26	1,13	13,28	11,96
Банан	100	95	44	41,8	0,4	0,38	0,4	0,38	9,8	9,31
Обед										
Щи с квашеной капусты	250	150	95	57	2,5	1,5	9,5	7,9	5,25	2,8
Плов с птицей	180	150	245	183,75	10,63	7,97	16,86	12,65	22,22	16,67
Овощи свежие	60	40	3	2	0,24	0,16	0,03	0,02	0,51	0,43
Хлеб пшеничный	50	30	61,16	48,93	2	1,6	0,39	0,31	12,18	9,75
Хлеб ржано- пшеничный	30	20	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	180	150	170,74	142,28	8,58	7,15	9,08	7,57	14,08	11,73
Батон с повидлом	50	35	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	1,1	25,5	20,8
Ужин										
Молочно манный суп с маслом	250	200	205,1	198,5	7,5	7,1	9	8,4	25,5	22,1
Хлеб йодированный	25	10	61,16	24,47	2	0,8	0,39	0,16	12,18	4,88
Какао с молоком	200	180	195,5	180,4	9	7,65	8,9	8,1	29,9	26,5
	1950	1565	2142,67	1633,19	90,03	68,34	75,48	60,88	303,13	216,27