

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Е.А. Елена Александровна

МЕНЮ НА 19.05.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Омлет	100	80	280,3	171,1	21,1	12,86	8,23	5,88	29,8	16,68
Горошек зелёный	50	40	26,5	21,2	1,94	1,55	0,24	0,19	5,9	3,28
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
Яблоко										
Обед										
Борщ со сметаной	250	150	179,32	107,59	6,59	3,95	5,7	3,42	30,23	18,14
Тефтели мясные	80	60	164	136,67	16,64	13,87	4,26	3,55	14,8	12,33
Картофель отварной с маслом	120	90	220,25	165,18	7,8	6,1	6,31	4,73	31,08	23,31
Огурец солёный	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	136	102	0,6	0,45	0,4	0,3	32,6	24,45
Полдник										
Кефир	200	200	170,74	170,74	8,58	8,58	9,08	9,08	14,08	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 ячневый 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
	1970	1550	2041,85	1546,95	89,82	67,66	65,22	51,12	294,84	216,65