

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

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

МЕНЮ НА 09.06.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Омлет	80	60	69,5	52,13	4,73	3,55	4,23	3,17	2,71	2,03
Икра кабачковая	50	40	31,79	26,5	2,33	1,94	0,29	0,24	4,92	4,1
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
Обед										
Борщ со сметаной	250	150	180,5	160,1	5,5	4,9	6,1	5,8	18,9	14,1
Котлета мясная	80	60	245	183,75	10,63	7,97	16,86	12,65	22,22	16,67
Макароны с маслом	120	100	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
Сок фруктовый	180	150	102,46	85,39	0,86	0,72	1,26	1,05	26,71	22,26
Полдник										
Кефир	200	150	136	136	0,6	0,6	0,4	0,4	32,6	32,6
Батон с повидлом	50	50	41,27	41,27	0,77	0,77	1,57	1,57	6,17	6,17
Ужин										
Молочно геркулесовая 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