

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена
Александровна

Подписано цифровой
подписью: Гатченко Е.А.
Александровна

МЕНЮ НА 28.04.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Завтрак										
Омлет	100	60	205,1	198,5	7,5	7,1	9	8,4	25,5	22,1
Икра кабачковая	50	40	29,25	23,4	0,45	0,36	1,78	1,42	2,9	2,32
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 сахаром	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										
Борщ со сметаной	250	150	180,5	160,1	5,5	4,9	6,1	5,8	18,9	14,1
Тефтели мясные	80	70	183	160,13	9,85	8,62	9,24	8,09	12,56	10,99
Картофель отварной с маслом	120	90	220,25	165,18	7,8	6,1	6,31	4,73	31,08	23,31
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
Кисель фруктовый	180	180	136	136	0,6	0,6	0,4	0,4	32,6	32,6
Полдник										
Кефир	200	170	112,7	95,8	5,9	5	6,35	5,4	8,15	6,93
Батон с повидлом	50	30	105,3	65,45	5,5	3,5	2,5	1,1	25,5	20,8
Ужин										
Молочно пшеничная каша 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