

Утверждаю

Заведующий МБ ДОУ № 9

Гатченко Елена Александровна

Подписано цифровой подписью: Гатченко Е.А. Елена Александровна

МЕНЮ НА 10.02.2025г

	Выход блюда		Энергетическая ценность (ккал)		белки		жиры		углеводы	
Завтрак	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
Омлет	80	60	69,5	52,13	4,73	3,55	4,23	3,17	2,71	2,03
Икра кабачковая	60	50	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
Сыр	15	10	46,39	30,93	3,03	2,02	3,73	2,48	0,09	0,06
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	144,05	86,43	4,97	2,98	5,27	4,8	21,48	10,9
Запеканка с макаронными изделиями с мясом	200	160	342,44	298,15	19,89	16,85	19,46	16,4	29,9	16,6
Огурец соленый	60	40	52,44	34,96	0,96	0,64	3,64	2,43	2,15	1,43
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	180	136	136	0,6	0,6	0,4	0,4	32,6	32,6
Полдник										
Кефир	180	150	101,43	84,53	5,31	4,43	5,72	4,77	7,34	6,12
Батон со сгущенным молоком	50	50	41,27	41,27	0,77	0,77	1,57	1,57	6,17	6,17
Ужин										
Молочно манная каша с маслом	250	200	213,9	179,8	6,6	5,9	6,1	5,5	28,5	17,5
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
	1910	1550	2004,12	1624,03	85,67	65,48	70,65	59,64	274,78	206,54