«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____ О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 27 июля__2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак							
Ленивые вареники со сметаной	107/10	19.4	8.08	19.4	129/20	23.4	9.7	23.28
Чай с сахаром и лимоном	180	0.06	0.009	13.7	200	0.07	0.01	15.31
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52
	10.00							
Сок	100	0.01	------	0.09	100	0.01	-----	0.09
	Обед							
Суп картофельный с пшеничной крупой	150	1.17	6.08	7.13	200	1.95	10.13	11.88
Перец фаршированный мясом и рисом	145	15.51	17.93	2.75	193	18.62	21.52	3.3
Свежие овощи	50	0.8	5.0	2.87	50	0.8	5.0	2.87
Компот из с/ф	150	0.14	--------	13.5	180	0.16	-------	14.99
Хлеб	40	3.2	0.4	19.52	50	4.05	0.5	24.4
	полдник							
Молоко т/о	150	5.0	5.7	8.4	180	5.59	6.38	9.38
Булка «Каролинка»	30	1.9	4.7	19.3	60	2.1	5.3	25.6
	ужин							
Суп молочный с макаронами	151	1.54	2.96	11.53	200	1.65	3.2	12.49
Яйцо отварное	49	6.2	5.3	0.56	49	6.2	5.3	0.56
Кофейный напиток с молоком	181	5.0	5.7	8.4	200	5.59	6.38	9.38
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52
Фрукты	100	0.7	0.7	18.62	100	0.8	0.8	45.42

Ответственный за составление меню_____/__Зражаева Ю.С./