



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 11 августа 2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак								
Рыба тушеная в томате с овощами	62	4.33	0.51	0.43	83	4.94	0.58	0.49
Каша вязкая пшеничная	102	0.11	0.03	0.66	120	0.11	0.03	0.66
Гренки с сыром	49	4.68	4.77	17.6	49	4.68	4.77	17.6
Чай с сахаром и лимоном	150	0.06	0.009	13.7	180	0.07	0.01	15.31
10.00								
Сок	100	0.01	-----	0.09	100	0.01	-----	0.09
Обед								
Свекольник	152	0.66	4.21	5.47	200	0.88	5.61	7.29
Плов из отварной птицы	130	18.5	14.5	4.0	147	21.1	16.5	4.5
Икра кабачковая (Из свежих кабачков)	91	1.8	1.97	4.19	91	1.8	1.97	4.19
Компот из с/ф	150	0.5	-----	25.1	180	0.56	-----	27.89
Хлеб	26	1.6	0.2	9.76	44	3.2	0.4	19.52
полдник								
Молоко т/о	200	2.5	2.8	17.7	200	2.79	3.19	19.71
Пирожок печеный с яблоками	65	3.54	2.42	32.67	74	4.96	3.38	45.73
Фрукты	100	0.8	0.8	45.42	100	0.8	0.8	45.42
ужин								
Суп молочный манный	170	3.34	4.6	14.8	200	4.1	5.7	19.87
Кофейный напиток	177	2.5	2.8	17.7	200	2.79	3.19	19.71
Хлеб	35	2.43	0.3	14.64	46	3.2	0.4	19.52

Ответственный за составление меню _____ *З/С* / Зражаева Ю.С. /