



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 19 августа 2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак								
Запеканка из творога с рисом и молочным соусом	102/20	16.17	5.54	26.5	123/20	19.47	6.65	31.8
Чай с сахаром и лимоном	148	0.06	0.001	13.7	195	0.7	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								
Борщ летний	138	3.07	4.43	11.92	186	5.11	6.64	19.62
Жаркое по домашнему	150	20.25	16.34	23.14	200	22.5	18.16	25.71
Компот из с/ф	151	0.14	-----	13.5	190	0.16	-----	14.99
Хлеб	36	3.2	0.4	19.52	48	4.05	0.5	24.4
полдник								
Молоко т/о	180	5.0	5.7	8.4	200	5.59	6.38	9.38
Кондитерские изделия	47	7.9	11.1	32.9	47	8.1	15.3	15.3
Фрукты	100	0.8	0.8	45.42	100	0.8	0.8	45.42
ужин								
Каша молочная пшениная жидкая	179	4.4	5.4	16.75	198	4.94	6.06	18.62
Кофейный напиток с молоком	180	5.0	5.7	8.4	199	5.59	6.38	9.38
Хлеб	33	3.2	0.4	19.52	48	4.05	0.5	24.4

Ответственный за составление меню _____ /Зражаева Ю.С. _/