



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова

МЕНЮ

На 4 августа 2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак								
Биточки рыбные	57	4.33	0.51	0.43	75	4.94	0.58	0.49
Картофель отварной	110	3.34	4.6	14.8	100	4.1	5.7	19.87
Овощи отварные	40	1.88	4.48	13.0	60	2.19	5.23	15.1
Чай с лимоном	150	0.06	0.009	13.7	180	0.07	0.01	15.31
Гренки с сыром	30	4.68	4.77	17.6	40	6.24	6.36	23.52
10.00								
Сок	100	0.01	-----	0.09	100	0.01	-----	0.09
Обед								
Суп картофельный вегетарианский	150	0.66	4.21	5.47	200	1.1	7.02	9.12
Птица тушеная	60	18.5	14.5	4.0	79	21.1	16.5	4.5
Отварные макароны	110	3.68	3.53	23.55	130	5.52	5.3	35.3
Компот из с/ф	150	0.5	-----	25.1	180	0.56	-----	27.89
Хлеб	40	3.2	0.4	19.52	50	4.05	0.5	24.4
полдник								
Молоко т/о	179	5.0	5.7	8.4	179	5.59	6.38	9.38
Крендель сахарный	60	4.15	2.9	39.2	70	4.9	3.38	45.7
Фрукты	100	0.8	0.8	45.42	100	0.8	0.8	45.42
ужин								
Каша рисовая молочная	158	3.34	4.6	14.8	199	4.1	5.7	19.87
Яйцо отварное	49	6.2	5.3	0.56	49	6.2	5.3	0.56
Кофейный напиток	177	1.94	1.89	21.6	180	2.18	2.1	24.0
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52

Ответственный за составление меню

/Зражаева Ю.С. /