«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 21 сентября__2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак							
Суп молочный с макаронными изделиями	100	1.54	2.96	11.53	120	1.65	3.2	12.49
Чай с сахаром и лимоном	180	0.06	0.009	13.7	200	0.07	0.01	15.31
Хлеб	28	2.43	0.3	14.64	38	3.2	0.4	19.52
	10.00							
Сок	100	0.01	------	0.09	100	0.01	-----	0.09
	Обед							
Суп картофельный с пшенной крупой	137	1.17	6.08	7.13	181	1.95	10.13	11.88
Перец фаршированный мясом и рисом	145	15.51	17.93	2.75	173	18.62	21.52	3.3
Свежие овощи	23	0.8	5.0	2.87	33	0.8	5.0	2.87
Компот из с/ф	150	0.14	--------	13.5	180	0.16	-------	14.99
Хлеб	29	3.2	0.4	19.52	49	4.05	0.5	24.4
	полдник							
Молоко т/о	149	5.0	5.7	8.4	179	5.59	6.38	9.38
Булка «Каролинка»	30	1.9	4.7	19.3	56	2.1	5.3	25.6
Фрукты	100	0.7	0.7	18.62	100	0.7	0.7	18.62
	ужин							
Фрикадельки рыбные с молочным соусом	59	1.54	2.96	11.53	79	1.65	3.2	12.49
Свекольная икра	52	0.24	1.12	3.01	70	0.66	1.63	3.68
Пюре картофельное	100	6.2	5.3	0.56	130	6.2	5.3	0.56
Кофейный напиток с молоком	150	5.0	5.7	8.4	180	5.59	6.38	9.38
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52

Ответственный за составление меню_____/__Зражаева Ю.С./