

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 215
О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 29 сентября 2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак								
Биточки рыбные	62	4.33	0.51	0.43	81	4.94	0.58	0.49
Картофель отварной	99	3.34	4.6	14.8	109	4.1	5.7	19.87
Овощи отварные (Свекла)	40	1.88	4.48	13.0	60	2.19	5.23	15.1
Чай с лимоном	183	0.06	0.009	13.7	200	0.07	0.01	15.31
Гренки с сыром	40	4.68	4.77	17.6	49	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	163	1.1	7.02	9.12
Птица тушеная	57	18.5	14.5	4.0	76	21.1	16.5	4.5
Отварные макароны	97	3.68	3.53	23.55	107	5.52	5.3	35.3
Помидор соленый	20	0.6	2.72	4.17	20	1.25	5.44	8.34
Компот из с/ф	151	0.5	-----	25.1	182	0.56	-----	27.89
Хлеб	40	3.2	0.4	19.52	41	4.05	0.5	24.4
ПОЛДНИК								
Молоко т/о	149	5.0	5.7	8.4	198	5.59	6.38	9.38
Крендель сахарный	59	4.15	2.9	39.2	69	4.9	3.38	45.7
Фрукты	89	0.8	0.8	45.42	89	0.8	0.8	45.42
ужин								
Каша рисовая молочная	150	3.34	4.6	14.8	200	4.1	5.7	19.87
Яйцо отварное	49	6.2	5.3	0.56	49	6.2	5.3	0.56
Кофейный напиток с молоком	149	1.94	1.89	21.6	179	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 _____

ЗН

/Зражаева Ю.С. /