«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 17 октября_2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак							
Отварные макароны	90	6.27	6.37	20.4	100	7.24	7.36	25.52
Яйцо отварное	49	6.45	5.8	0.4	49	6.45	5.8	0.4
Икра кабачковая т/о	30	0.6	2.72	4.17	51	0.6	2.72	4.17
Чай с сахаром и лимоном	150	0.06	0.009	13.7	200	0.07	0.01	15.31
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	44	3.2	0.4	19.52
	10.00							
Сок	103	0.01	------	0.09	103	0.01	-----	0.09
	Обед							
Суп картофельный	150	3.5	2.4	11.8	200	5.83	4.0	19.66
Котлета из говядины	65	10.68	10.72	5.27	87	11.04	11.72	5.74
Каша вязкая гречневая	80	3.34	4.6	14.8	110	4.1	5.7	18.87
Тушеная капуста	40	1.31	2.64	9.45	60	1.31	2.64	9.45
Компот из с/ф	150	0.14	-------	13.5	200	0.16	--------	14.99
Хлеб	40	3.2	0.4	19.52	50	3.2	0.4	19.52
	полдник							
Ватрушка с творожным фаршем	60	2.47	0.3	18.64	70	3.28	0.4	27.52
Молоко т/о	180	2.5	2.8	17.7	200	2.79	3.19	19.71
Фрукты	100	0.8	0.8	45.42	100	0.8	0.8	45.42
	ужин							
Каша молочная «Дружба»	179	5.0	5.7	8.4	199	5.59	6.38	9.38
Молоко т/о	150	2.5	2.8	17.7	180	2.79	3.19	19.71
Хлеб	30	2.47	0.3	18.64	40	3.28	0.4	27.52

Ответственный за составление меню_____/_Зражаева Ю.С_/