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

МЕНЮ

На _**4 октября** __2022г.

блюдо	**ясли**				**сад**			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак							
Вареники ленивые со сметанным соусом	98/20	10.36	1.93	6.79	118/20	11.84	2.2	7.76
Чай с лимоном	180	0.06	0.009	13.7	200	0.07	0.01	15.31
Хлеб	39	2.43	0.3	14.64	39	3.2	0.4	19.52
	10.00							
Сок	100	0.01	------	0.09	100	0.01	-----	0.09
	Обед							
Щи из квашенной капусты капусты	145	1.25	3.8	6.38	192	1.67	5.06	8.51
Рагу из кур	133	31.84	38.8	35.14	180	44.8	50.3	48.1
Соленые овощи	26	1.8	1.97	4.19	26	1.8	1.97	4.19
Компот из с/ф	150	0.5	--------	25.1	180	0.56	-------	27.89
Хлеб	30	2.43	0.3	18.64	50	4.05	0.5	24.4
	полдник							
Молоко т/о	180	5.0	5.7	8.4	199	5.59	6.38	9.38
Булка «Домашняя»	60	3.34	5.89	30.67	70	5.1	8.25	42.93
Фрукты	100	0.7	0.7	18.62	100	0.8	0.8	45.42
	ужин							
Каша молочная геркулесовая	150	4.4	5.4	16.75	172	4.94	6.06	18.62
Кофейный напиток	180	5.0	5.7	8.4	200	5.59	6.38	9.38
Яйцо отварное	49	6.45	5.8	0.4	49	6.45	5.8	0.4
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52

Ответственный за составление меню_____/Зражаева Ю.С._/