



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова

МЕНЮ

На 24 ноября 2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>								
Биточки рыбные	54	4.33	0.51	0.43	72	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)	60	1.88	4.48	13.0	80	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	38	4.68	4.77	17.6	47	6.24	6.36	23.52
<b>10.00</b>								
Сок	100	0.01	-----	0.09	100	0.01	-----	0.09
<b>Обед</b>								
Суп картофельный вегетарианский	144	0.66	4.21	5.47	192	1.1	7.02	9.12
Птица тушеная	58	18.5	14.5	4.0	78	21.1	16.5	4.5
Отварные макароны	90	3.68	3.53	23.55	107	5.52	5.3	35.3
Горошек зеленый т/о	50	0.6	2.72	4.17	50	1.25	5.44	8.34
Компот из с/ф	150	0.5	-----	25.1	200	0.56	-----	27.89
Хлеб	30	3.2	0.4	19.52	40	4.05	0.5	24.4
<b>полдник</b>								
Молоко т/о	177	5.0	5.7	8.4	177	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
<b>ужин</b>								
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
Какао с молоком	181	1.94	1.89	21.6	200	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

*З/р*

/Зражаева Ю.С. /