«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На **9 декабря**__2022 г.

блюдо	**ясли**				**сад**			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак							
Каша молочная пшенная жидкая	148	4.4	5.4	16.75	189	4.94	6.06	18.62
Яйцо отварное	49	6.45	5.8	0.4	45	6.45	5.8	0.4
Чай с сахаром и лимоном	173	0.06	0.009	13.7	193	0.07	0.01	15.31
Гренки с сыром	40	2.43	0.3	14.64	41	3.2	0.4	19.52
	10.00							
Сок	100	0.01	------	0.09	100	0.01	-----	0.09
	Обед							
Суп из овощей	149	1.14	3.51	7.54	188	5.11	6.64	19.62
Суфле из отварной говядины	69	20.25	16.34	23.14	89	22.5	18.16	25.71
Картофельное пюре	100	1.55	1.98	2.5	130	1.66	2.02	2.67
Икра кабачковая т/о	48	1.8	1.97	4.19	50	1.8	1.97	4.19
Компот из свежих фрукт	150	0.14	--------	13.5	200	0.16	-------	14.99
Хлеб ржаной	30	2.43	0.3	14.64	50	4.02	0.5	24.4
	полдник							
Кондитерские изделия	30	7.9	11.1	32.9	30	7.9	11.1	32.9
Молоко т/о	177	5.0	5.7	8.4	177	5.59	6.38	9.38
Фрукты	100	0.8	0.8	45.42	100	0.8	0.8	45.42
	ужин							
Запеканка из творога с молочным соусом	97/20	16.17	5.54	26.5	127/20	19.47	6.65	31.8
Какао с молоком	180	2.5	2.8	17.7	180	5.59	6.38	9.38
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	4.02	0.5	24.4

Ответственный за составление меню_____/Зражаева Ю.С_/