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

МЕНЮ

На _**16 декабря**_2022 г.

блюдо	**ясли**				**сад**			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак							
Запеканка из творога с рисом и молочным соусом	100/20	16.17	5.54	26.5	130/20	19.47	6.65	31.8
Чай с сахаром и лимоном	150	0.06	0.001	13.7	200	0.7	0.01	15.31
Хлеб	30	2.43	0.3	14.64	40	3.2	0.4	19.52
	10.00							
Сок	100	0.01	------	0.09	100	0.01	-----	0.09
	Обед							
Свекольник	150	3.07	4.43	11.92	199	5.11	6.64	19.62
Яйцо отварное	49	6.45	5.8	0.4	49	6.45	5.8	0.4
Жаркое по домашнему	142	20.25	16.34	23.14	189	22.5	18.16	25.71
Зеленый горошек т/о	30	1.8	1.97	4.19	30	1.8	1.97	4.19
Компот из с/ф	150	0.14	--------	13.5	180	0.16	--------	14.99
Хлеб	40	3.2	0.4	19.52	50	4.05	0.5	24.4
	полдник							
Молоко т/о	150	5.0	5.7	8.4	150	5.59	6.38	9.38
Кондитерские изделия	24	7.9	11.1	32.9	24	8.1	15.3	15.3
Фрукты	100	0.8	0.8	45.42	100	0.8	0.8	45.42
	ужин							
Каша молочная манная жидкая	152	4.4	5.4	16.75	183	4.94	6.06	18.62
Кофейный напиток с молоком	181	5.0	5.7	8.4	181	5.59	6.38	9.38
Хлеб	30	3.2	0.4	19.52	40	4.05	0.5	24.4

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