«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 21 декабря__2022 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак							
Суп молочный с макаронами	149	1.54	2.96	11.53	198	1.65	3.2	12.49
Яйцо отварное	49				49			
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	40	3.2	0.4	19.52
	10.00							
Сок	100	0.01	------	0.09	100	0.01	-----	0.09
	Обед							
Суп картофельный с пшенной крупой	149	1.17	6.08	7.13	200	1.95	10.13	11.88
Рагу из кур	141	15.51	17.93	2.75	79	18.62	21.52	3.3
Зеленый горошек т/о	30	0.8	5.0	2.87	30	0.8	5.0	2.87
Компот из с/ф	150	0.14	--------	13.5	200	0.16	-------	14.99
Хлеб	30	3.2	0.4	19.52	50	4.05	0.5	24.4
	полдник							
Молоко т/о	150	5.0	5.7	8.4	178	5.59	6.38	9.38
Булка «Каролинка»	60	1.9	4.7	19.3	60	2.1	5.3	25.6
Джем	20				20			
Фрукты	100	0.7	0.7	18.62	100	0.7	0.7	18.62
	ужин							
Фрикадельки рыбные с молочным соусом	57	1.54	2.96	11.53	76	1.65	3.2	12.49
Свекольная икра	53	0.24	1.12	3.01	72	0.66	1.63	3.68
Картофель отварной	110	6.2	5.3	0.56	130	6.2	5.3	0.56
Какао с молоком	151	5.0	5.7	8.4	179	5.59	6.38	9.38
Хлеб	39	2.43	0.3	14.64	39	3.2	0.4	19.52

Ответственный за составление меню_____/__Зражаева Ю.С./