



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 10 февраля 2023г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак								
Запеканка из творога с морковью, со сметаной	112/35	6.37	9.68	26.61	134/35	7.04	11.47	20.0
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75	40	3.4	1.32	17.0
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром	180	0.1	0.03	7.02	200	0.12	0.03	8.02
10:30-11:00								
Фрукты свежие	100	0.6	0.14	15.0	100	1.5	0.5	21.0
Обед								
Суп картофельный с клецками	149	2.62	3.49	14.96	199	2.99	4.53	17.46
Жаркое по-домашнему	155	7.32	10.99	27.66	195	9.99	15.44	33.97
Овощи отварные	40	0.49	1.07	2.84	60	0.73	2.11	4.26
Хлеб ржаной	40	3.24	0.4	19.52	50	4.05	0.5	24.4
Кисель из сухофруктов	150	0.1	0.01	8.8	180	0.15	0.1	10.2
полдник								
Булочка домашняя	59	5.0	8.12	35.28	69	5.74	10.0	39.09
Кисломолочный напиток	148	4.2	3.75	6.0	198	5.04	4.5	7.2
ужин								
Суп молочный с крупой гречневой	149	4.56	4.49	26.54	199	5.78	5.06	28.83
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75	40	3.4	1.32	17.0
Яйцо отварное	49	6.22	5.63	0.43	49	6.22	5.63	0.43
Кофейный напиток с молоком	180	2.64	2.35	12.64	200	2.94	2.62	14.39

Ответственный за составление меню _____

/Зражаева Ю.С.