



«Утверждаю»

Заведующий МБОУ № 215

О.Ю. Деникова

## МЕНЮ

На 28 марта 2023 г.

блюдо	ясли				сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>								
Суп молочный с крупой пшеничной	149	4.33	4.48	14.28	198	5.21	4.98	18.75
Хлеб пшеничный формовой	31	2.55	0.99	12.75	41	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	0.10	0.03	7.02	200	0.12	0.03	8.02
<b>10:30-11:00</b>								
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	150	0.75	0.15	15.0	160	0.8	0.16	16.0
<b>Обед</b>								
Щи из свежей капусты с картофелем	149	1.39	5.07	10.12	199	1.66	5.39	11.73
Суфле из печени	60	10.92	10.55	17.23	80	14.1	13.78	18.74
Пюре картофельное	110	2.4	3.71	16.32	130	2.69	4.55	18.1
Овощи отварные	40	0.49	1.07	2.84	60	0.73	2.11	4.26
Хлеб ржаной	39	3.24	0.4	19.52	49	4.05	0.5	24.4
Компот из смеси сухофруктов	150	0.22	0.01	11.89	180	0.26	0.01	14.07
<b>ПОЛДНИК</b>								
Печенье	26	1.5	1.96	16.13	43	3.75	4.9	37.2
Кисломолочный напиток	177	5.04	4.5	7.2	196	5.6	5.0	8.0
<b>ужин</b>								
Вареники ленивые с соусом сметанным	131	6.96	12.06	28.35	151	7.37	13.68	29.07
Хлеб пшеничный формовой	31	2.55	0.99	12.75	41	3.4	1.32	17.0
Фрукты свежие	95	0.25	0.16	10.9	100	0.26	0.17	11.47
Кофейный напиток с молоком	179	2.64	2.35	12.64	199	2.94	2.62	14.39

Ответственный за составление меню \_\_\_\_\_

*Зрж*

/Зражаева Ю.С. /