«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На **22 июня**__2023 г.

блюдо	**ясли**				**сад**			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак							
Рыба, тушенная в томате с овощами	60	13.05	4.26	7.61	80	15.2	5.17	10.76
Каша пшеничная рассыпчатая	110	2.4	3.71	16.32	130	2.69	4.55	18.1
Хлеб пшеничный формовой	40	0.88	1.52	4.55	60	1.29	2.28	6.48
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром	200	0.1	0.03	7.02	200	0.12	0.03	8.02
	10:30-11:00							
Фрукты свежие	100	0.75	0.15	15.0	100	0.8	0.16	16.0
	Обед							
Борщ летний	150	3.51	10.92	11.23	200	3.82	12.1	13.2
Плов из говядины	150	8.58	14.36	30.8	200	10.07	17.89	36.58
Икра кабачковая	40	0.45	2.05	3.4	50	0.64	3.06	4.94
Хлеб ржаной	30	3.24	0.4	19.52	50	4.05	0.5	24.4
Компот из смеси сухофруктов	150	0.22	0.01	11.89	200	0.22	0.01	11.89
	полдник							
Пирожок печеный с яблоками	60	0.44	0.04	20.3	70	0.55	0.05	28.5
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.2	200	5.6	5.0	8.0
	ужин							
Суп молочный с крупой манной	150	3.88	6.17	27.53	199	4.61	8.57	31.23
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75	39	3.4	1.32	17.0
Кофейный напиток с молоком	180	1.43	0.48	19.95	200	1.5	0.5	21.0

Ответственный за составление меню_____/ Зражаева Ю.С. /