

9«Утверждаю»
 Заведующий МБДОУ № 215
 О.Ю.Деникова



МЕНЮ
 На 22 января 2024г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Отварные макароны	90	3.53	3.58	17.58
Икра кабачковая (промышленного производства)	39	0.64	2.52	2.96
Чай с сахаром	180	0.1	0.03	7.02
Сыр порционный	9	2.17	2.66	0.03
Масло сливочное	5	0.03	3.63	0.04
Хлеб	30	2.55	0.99	12.75
10.00				
Сок	150	0.75	0.15	15.0
Обед				
Суп крестьянский с крупой	150	1.93	5.39	15.78
Птица отварная	62	3.76	6.11	18.33
Пюре картофельное	110	2.4	3.71	16.32
Отварные овощи (морковь)	40	0.49	1.07	2.84
Компот из смеси сухофруктов	150	0.22	0.01	11.89
Хлеб ржаной	39	3.24	0.4	19.52
полдник				
Ватрушка с творожным фаршем	59	6.89	8.59	35.39
Кефир	149	4.2	3.75	6.0
ужин				
Суп молочный с крупой пшеничной	149	4.35	4.32	23.84
Кофейный напиток с молоком	179	2.64	2.35	12.64
Яйцо отварное	49	6.22	5.63	0.34
Хлеб	31	2.47	0.3	18.64

Ответственный за составление меню _____ /_Зражаева Ю.С./

9«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

**МЕНЮ**

На 22 января 2024г.

блюдо	сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Отварные макароны	120	5.49	4.68	27.34
Икра кабачковая (промышленного производства)	49	0.8	3.15	3.7
Чай с сахаром	200	0.12	0.03	8.02
Сыр порционный	12	3.13	3.84	0.04
Масло сливочное	5	0.03	3.63	0.04
Хлеб	39	3.4	1.32	17.0
10.00				
Сок	160	0.8	0.16	16.0
Обед				
Суп крестьянский с крупой	200	2.42	5.63	19.8
Птица отварная	83	5.58	8.53	20.41
Пюре картофельное	130	2.69	4.55	18.1
Отварные овощи (морковь)	60	0.73	2.11	4.26
Компот из смеси сухофруктов	180	0.26	0.1	14.07
Хлеб ржаной	48	4.05	0.5	24.4
полдник				
Ватрушка с творожным фаршем	79	8.06	9.6	41.13
Кефир	181	5.04	4.5	7.2
ужин				
Суп молочный с крупой пшеничной	199	5.24	4.77	30.47
Кофейный напиток с молоком	198	2.94	2.62	14.39
Яйцо отварное	49	6.22	5.63	0.34
Хлеб	41	3.28	0.4	27.52

Ответственный за составление меню

/ Зражаева Ю.С. /