

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова



МЕНЮ

На 1 октября 2024 г.

блюдо	ЯСЛИ			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>				
Запеканка из творога	100	4,78	12,15	18,03
Соус молочный сладкий	40	2,47	2,38	5,89
Хлеб пшеничный формовой	30	2,98	1,16	14,88
Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,03	8,2
<b>10.00</b>				
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21
<b>обед</b>				
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,66	5,39	11,73
Оладьи из печени по-кунцевски	60	3,6	1,39	3,78
Картофель отварной с маслом	110	1,97	3,11	12,42
Овощи свежие (порциями) огурец	40	0,26	0,03	0,71
Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52
Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89
<b>полдник</b>				
Булочка домашняя	60	4,92	8,57	33,50
Кисломолочный напиток	150	5,04	4,5	7,2
<b>ужин</b>				
Каша из овсяных хлопьев «геркулес» жидкая	180	6,23	6,83	23,31
Хлеб пшеничный формовой	30	2,13	0,83	10,63
Яйцо отварное	49	6,22	5,68	0,34
Кофейный напиток с молоком	180	2,64	2,35	12,95

Ответственный за составление меню

/Зражаева Ю.С.



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

МЕНЮ  
На 1 октября 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>				
Запеканка из творога	120	6.38	16.2	24.04
Соус молочный сладкий	50	3.3	3.18	7.86
Хлеб пшеничный формовой	40	3.4	1.32	17
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром и лимоном	200	0.12	0.03	8.2
<b>10.00</b>				
Фрукты свежие	100	1.5	0.5	21
<b>обед</b>				
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.66	5.39	11.73
Оладьи из печени по-кунцевски	80	4.8	1.86	5.04
Картофель отварной с маслом	130	2.63	4.15	31.23
Овощи свежие (порциями) огурец	50	0.35	0.05	0.95
Хлеб ржаной	50	4.05	0.5	24.4
Компот из смеси сухофруктов	180	0.26	0.01	14.07
<b>полдник</b>				
Булочка домашняя	70	5.74	10	39.09
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.2
<b>ужин</b>				
Каша из овсяных хлопьев «геркулес» жидкая	200	6.93	7.59	25.9
Хлеб пшеничный формовой	40	3.4	1.32	17
Яйцо отварное	49	6.22	5.68	0.34
Кофейный напиток с молоком	200	2,94	2,62	14.39

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

/Зражаева Ю.С.