



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 30 сентября 2024 г.

блюдо	ЯСЛИ			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
завтрак				
Яйцо отварное	49	6.22	5.68	0.34
Капуста тушеная	100	2.15	3.8	10.8
Хлеб пшеничный формовой	25	2.12	0.82	10.62
Сыр порционный	9	2.16	2.65	0.02
Масло сливочное	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром и лимоном	180	0.10	0.02	7.2
10.00				
Фрукты свежие	100	1.5	0.5	21
обед				
Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	1.82	2.58	11.12
Птица тушеная	60	3.3	5.71	6.26
Пюре картофельное	110	2.4	3.71	16.32
Овощи свежие (порциями) помидоры	40	0.44	0.08	1.52
Хлеб ржаной	40	3.24	0.4	19.52
Компот из смеси сухофруктов	150	0.22	0.01	11.84
полдник				
Ватрушка с творожным фаршем	60	5.03	8.59	35.39
Кисломолочный напиток	150	4.2	3.75	6.0
ужин				
Каша «Дружба»	150	3.93	4.12	21.11
Хлеб пшеничный формовой	30	2.47	1.62	18.64
Молоко кипяченое	200	5.5	5	9.44

Ответственный за составление меню

Зражаева

/Зражаева Ю.С.



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 30 сентября 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
завтрак				
Яйцо отварное	49	6.22	5.68	0.34
Капуста тушеная	120	2.58	4.56	12.96
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75
Сыр порционный	13	3.13	3.84	0.04
Масло сливочное	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром и лимоном	200	0.12	0.03	8.2
10.00				
Фрукты свежие	100	1.5	0.5	21
обед				
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2.43	3.44	14.83
Птица тушеная	80	4.41	7.62	8.35
Пюре картофельное	130	2.69	4.55	18.1
Овощи свежие (порциями) помидоры	50	0.55	0.1	1.9
Хлеб ржаной	50	4.5	0.5	24.4
Компот из смеси сухофруктов	180	0.25	0.01	14.7
полдник				
Ватрушка с творожным фаршем	80	5.03	9.6	41.13
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.2
ужин				
Каша «Дружба»	200	5.24	5.5	28.15
Хлеб пшеничный формовой	50	4.25	1.62	21.25
Молоко кипяченое	200	5.5	5	9.44

Ответственный за составление меню

З.И.И.

/Зражаева Ю.С.