

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова



МЕНЮ

На 9 октября 2023 г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Рыба, тушеная в томате с овощами	60	13.05	4.26	7.61
Каша пшеничная рассыпчатая	110	2.4	3.71	16.32
Хлеб пшеничный формовой	40	0.88	1.52	4.55
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром	200	0.1	0.03	7.02
10:30-11:00				
Фрукты свежие	100	0.75	0.15	15.0
Обед				
Борщ летний	150	3.51	10.92	11.23
Плов из говядины	150	8.58	14.36	30.8
Икра морковная	40	0.45	2.05	3.4
Хлеб ржаной	30	3.24	0.4	19.52
Компот из смеси сухофруктов	150	0.22	0.01	11.89
ПОЛДНИК				
Пирожок печеный с яблоками	60	0.44	0.04	20.3
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.2
ужин				
Суп молочный с крупой манной	150	3.88	6.17	27.53
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75
Кофейный напиток с молоком	180	1.43	0.48	19.95

Ответственный за составление меню

/ Зражаева Ю.С. /



МЕНЮ

На 9 ноября 2023 г.

блюдо	скал			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	15.2	5.17	10.76
Каша пшеничная рассыпчатая	130	2.69	4.55	18.1
Хлеб пшеничный формовой	60	1.29	2.28	6.48
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром	200	0.12	0.03	8.02
10:30-11:00				
Фрукты свежие	100	0.8	0.16	16.0
Обед				
Борщ летний	200	3.82	12.1	13.2
Плов из говядины	200	10.07	17.89	36.58
Икра морковная	50	0.64	3.06	4.94
Хлеб ржаной	50	4.05	0.5	24.4
Компот из смеси сухофруктов	200	0.22	0.01	11.89
полдник				
Пирожок печеный с яблоками	70	0.55	0.05	28.5
Кисломолочный напиток	200	5.6	5.0	8.0
ужин				
Суп молочный с крупой манной	199	4.61	8.57	31.23
Хлеб пшеничный формовой	39	3.4	1.32	17.0
Кофейный напиток с молоком	200	1.5	0.5	21.0

Ответственный за составление меню _____

/ Зражаева Ю.С. /