

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 14 ноября 2023 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Суп молочный с крупой пшеничной	199	5.21	4.98	18.75
Хлеб пшеничный формовой	40	3.4	1.32	17.0
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Яйцо отварное	49	6,22	5,68	0,34
Чай с сахаром	200	0.12	0.03	8.02
10:30-11:00				
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	160	0.8	0.16	16.0
Обед				
Суп картофельный с фрикадельками	200	1.66	5.39	11.73
Печень, тушенная в соусе сметанном	80	14.1	13.78	18.74
Каша гречневая рассыпчатая	130	2.69	4.55	18.1
Отварные овощи (свекла)	50	0.73	2.11	4.26
Хлеб ржаной	50	4.05	0.5	24.4
Компот из сухофруктов	180	0.26	0.01	14.07
полдник				
Печенье	51	3.75	4.9	37.2
Кисломолочный напиток	199	5.6	5.0	8.0
ужин				
Сырники из творога запеченные	120	7.37	13.68	29.07
Фрукты свежие	100	0,26	0,17	11,47
Соус сметанный	30	3.4	1.32	17.0
Хлеб пшеничный формовой	40	0.26	0.17	11.47
Молоко кипяченое	200	2.94	2.62	14.39

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

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 14 ноября 2023 г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Суп молочный с крупой пшеничной	149	4.33	4.48	14.28
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Яйцо отварное	49	6,22	5,68	0,34
Чай с сахаром	180	0.10	0.03	7.02
10:30-11:00				
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	150	0.75	0.15	15.0
Обед				
Суп картофельный с фрикадельками	150	1.39	5.07	10.12
Печень, тушенная в соусе сметанном	60	10.92	10.55	17.23
Каша гречневая рассыпчатая	110	2.4	3.71	16.32
Отварные овощи (свекла)	40	0.49	1.07	2.84
Хлеб ржаной	40	3.24	0.4	19.52
Компот из сухофруктов	150	0.22	0.01	11.89
полдник				
Печенье	21	1.5	1.96	16.13
Кисломолочный напиток	179	5.04	4.5	7.2
ужин				
Сырники из творога запеченные	100	6.96	12.06	28.35
Фрукты свежие	100	0,26	0,17	11,47
Соус сметанный	30	2.55	0.99	12.75
Хлеб пшеничный формовой	30	0.25	0.16	10.9
Молоко кипяченое	180	2.64	2.35	12.64

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