

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



## МЕНЮ

На 16 ноября 2023 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>				
Рыбные биточки	80	5,1	5,68	7,68
Картофель отварной с маслом	130	2,63	4,15	31,23
Хлеб пшеничный формовой	35	2,98	1,16	14,88
Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04
Чай с сахаром	200	0,12	0,03	8,02
<b>10:30-11:00</b>				
Фрукты свежие	100	0.6	0.14	15.0
<b>Обед</b>				
Суп картофельный вегетарианский	200	2,53	5,5	8,25
Гуляш из отварной говядины	80	6,51	6,0	14,39
Макаронные изделия отварные	130	5,88	4,76	29,29
Икра кабачковая (промышленного производства)	50	0,46	2,35	2,96
Хлеб ржаной	50	4,05	0,5	24,4
Компот из смеси сухофруктов	180	0,26	0,01	14,07
<b>полдник</b>				
Крендель сахарный	70	6,64	6,65	29,28
Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2
<b>ужин</b>				
Каша рисовая молочная жидкая	199	4.2	4.57	26.32
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75
Яйцо отварное	49	6.22	5.68	0.34
Какао с молоком	199	2.94	2.62	14.39

Ответственный за составление меню

/Зражаева Ю.С. /



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

## МЕНЮ

На 16 ноября 2023 г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>				
Рыбные биточки	60	3,8	4,2	5,76
Картофель отварной с маслом	100	1,97	3,1	23,4
Хлеб пшеничный формовой	30	2,2	0,87	11,16
Масло сливочное (порциями)	5	0,02	2,72	0,03
Чай с сахаром	180			
<b>10:30-11:00</b>				
Фрукты свежие	95	0,6	0,14	15,0
<b>Обед</b>				
Суп картофельный вегетарианский	150	1,89	4,1	6,18
Гуляш из отварной говядины	70	4,88	4,5	10,79
Макаронные изделия отварные	100	4,41	3,57	21,96
Икра кабачковая (промышленного производства)	40	0,34	1,76	2,22
Хлеб ржаной	40	3,03	0,37	18,3
Компот из смеси сухофруктов	150	0,19	0,01	10,55
<b>полдник</b>				
Крендель сахарный	60	4,98	4,98	21,96
Кисломолочный напиток	150	3,78	3,37	5,4
<b>ужин</b>				
Каша рисовая молочная жидкая	150	3,57	4,17	22,46
Хлеб пшеничный формовой	25	2,13	0,83	10,63
Яйцо отварное	49	6,22	5,68	0,34
Какао с молоком	180	2,64	2,35	12,64

Ответственный за составление меню

/Зражаева Ю.С. /