



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 20 ноября 2023г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Яйцо вареное	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
Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04
Сыр полутвердый (порциями)	9	2,16	2,65	0,02
Чай с сахаром	180	0,1	0,02	7,21
10.00				
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,0
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
Отварные овощи (морковь)	40	0,44	0,08	1,52
Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89
Хлеб ржаной	39	3,24	0,4	19,52
полдник				
Ватрушка с творожным фаршем	59	6,89	8,59	35,39
Кефир	149	4,2	3,75	6,0
ужин				
Каша «Дружба»	150	3,93	4,12	21,11
Молоко кипяченое	180	5,04	4,5	8,46
Хлеб пшеничный формовой	31	2,47	0,3	18,64

Ответственный за составление меню _____

/ Зражаева Ю.С. /

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 20 ноября 2023г.

блюдо	сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Яйцо вареное	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
Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04
Сыр полутвердый (порциями)	13	3,13	3,84	0,04
Чай с сахаром	200	0,12	0,03	8,02
10.00				
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,0
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
Отварные овощи (морковь)	50	0,55	0,1	1,9
Компот из смеси сухофруктов	180	0,26	0,1	14,07
Хлеб ржаной	48	4,05	0,5	24,4
полдник				
Ватрушка с творожным фаршем	79	8,06	9,6	41,13
Кефир	181	5,04	4,5	7,2
ужин				
Каша «Дружба»	200	5,24	5,5	28,15
Молоко кипяченое	200	5,6	5,0	9,4
Хлеб пшеничный формовой	41	3,28	0,4	27,52

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