



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова



МЕНЮ

На 21 ноября 2023г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>				
Запеканка из творога	109	4,78	12,15	18,03
Соус молочный	39	2,47	2,38	5,89
Хлеб пшеничный	31	2.98	1.16	14.88
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром	170			
<b>10.00</b>				
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,0
<b>Обед</b>				
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,24	4,0	8,79
Оладьи из печени по-кунцевски	64	3,6	1,39	3,78
Картофель отварной с маслом	100	1,97	3,11	12,42
Отварные овощи (свекла)	30	0,26	0,03	0,71
Компот из с/ф	150	0.22	0.01	11.89
Хлеб ржаной	31	3.24	0.4	19.52
<b>ПОЛДНИК</b>				
Булочка домашняя	60	4,92	8,57	33,50
Кефир	149	5.04	4.5	7.2
<b>ужин</b>				
Каша из овсяных хлопьев» геркулес» жидкая	149	6,23	6,83	23,31
Хлеб пшеничный формовой	31	2.13	0.83	10.63
Яйцо отварное	49	6,22	5,68	0,34
Кофейный напиток с молоком	179	2,64	2,35	12,95

Ответственный за составление меню \_\_\_\_\_

/Зражаева Ю.С. /