

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 22 ноября 2023 г.

<u>блюдо</u>	<u>ясли</u>			
	<u>Выход в гр</u>	<u>белки</u>	<u>жиры</u>	<u>Угле воды</u>
<b>завтрак</b>				
<u>Суп молочный с макаронными изделиями</u>	<u>180</u>	<u>5,38</u>	<u>5,76</u>	<u>18,60</u>
<u>Хлеб пшеничный формовой</u>	<u>30</u>	<u>2,55</u>	<u>0,99</u>	<u>12,75</u>
<u>Масло сливочное (порциями)</u>	<u>5</u>	<u>0,03</u>	<u>3,63</u>	<u>0,04</u>
<u>Какао с молоком</u>	<u>180</u>	<u>2,87</u>	<u>2,49</u>	<u>12,45</u>
<b>10:30-11:00</b>				
<u>Соки овощные, фруктовые и ягодные</u>	<u>150</u>	<u>0,07</u>	<u>0,15</u>	<u>15,0</u>
<b>Обед</b>				
<u>Суп картофельный с крупой</u>	<u>150</u>	<u>1,58</u>	<u>3,33</u>	<u>11,29</u>
<u>Кнели говяжьи с рисом</u>	<u>60</u>	<u>9,52</u>	<u>14,67</u>	<u>26,4</u>
<u>Тупеная капуста</u>	<u>90</u>			
<u>Хлеб ржаной</u>	<u>40</u>	<u>3,24</u>	<u>0,4</u>	<u>19,52</u>
<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	<u>150</u>	<u>0,21</u>	<u>0,01</u>	<u>11,72</u>
<b>ПОЛДНИК</b>				
<u>Фрукты свежие</u>	<u>95</u>	<u>0,24</u>	<u>0,17</u>	<u>10,89</u>
<u>Печенье</u>	<u>20</u>	<u>1,5</u>	<u>1,96</u>	<u>14,88</u>
<u>Кисломолочный напиток</u>	<u>150</u>	<u>4,2</u>	<u>3,75</u>	<u>6,0</u>
<b>ужин</b>				
<u>Фрикадельки рыбные, запеченные с молочным соусом</u>	<u>60</u>	<u>7,73</u>	<u>10,65</u>	<u>18,92</u>
<u>Пюре картофельное</u>	<u>110</u>	<u>2,27</u>	<u>3,85</u>	<u>15,31</u>
<u>Отварная свекла</u>	<u>40</u>	<u>0,28</u>	<u>0,04</u>	<u>0,76</u>
<u>Хлеб пшеничный формовой</u>	<u>20</u>	<u>1,7</u>	<u>0,66</u>	<u>8,5</u>
<u>Чай с сахаром</u>	<u>180</u>	<u>0,1</u>	<u>0,02</u>	<u>7,21</u>

Ответственный за составление меню

/ Зражаева Ю.С./

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 22 ноября \_\_2023 г.

<u>блюдо</u>	<u>сад</u>			
	<u>Выход в гр</u>	<u>белки</u>	<u>жиры</u>	<u>Угле воды</u>
<b>завтрак</b>				
<u>Суп молочный с макаронными изделиями</u>	<u>200</u>	<u>5,98</u>	<u>6,4</u>	<u>20,67</u>
<u>Хлеб пшеничный формовой</u>	<u>40</u>	<u>3,4</u>	<u>1,32</u>	<u>17,0</u>
<u>Масло сливочное (порциями)</u>	<u>5</u>	<u>0,03</u>	<u>3,63</u>	<u>0,04</u>
<u>Какао с молоком</u>	<u>200</u>	<u>3,19</u>	<u>2,77</u>	<u>13,84</u>
<b>10:30-11:00</b>				
<u>Соки овощные, фруктовые и ягодные</u>	<u>180</u>	<u>0,9</u>	<u>0,18</u>	<u>18,0</u>
<b>Обед</b>				
<u>Суп картофельный с крупой</u>	<u>200</u>	<u>2,11</u>	<u>4,44</u>	<u>15,06</u>
<u>Кнели говяжьи с рисом</u>	<u>80</u>	<u>12,7</u>	<u>19,56</u>	<u>35,2</u>
<u>Тушеная капуста</u>	<u>110</u>			
<u>Хлеб ржаной</u>	<u>50</u>	<u>4,05</u>	<u>0,5</u>	<u>24,4</u>
<u>Компот из смеси сухофруктов</u>	<u>180</u>	<u>0,26</u>	<u>0,01</u>	<u>14,07</u>
<b>ПОЛДНИК</b>				
<u>Фрукты свежие</u>	<u>100</u>	<u>0,26</u>	<u>0,18</u>	<u>11,47</u>
<u>Печенье</u>	<u>25</u>	<u>1,88</u>	<u>2,45</u>	<u>18,6</u>
<u>Кисломолочный напиток</u>	<u>180</u>	<u>5,04</u>	<u>4,5</u>	<u>7,2</u>
<b>ужин</b>				
<u>Фрикадельки рыбные, запеченные с молочным соусом</u>	<u>80</u>	<u>10,31</u>	<u>14,2</u>	<u>25,23</u>
<u>Пюре картофельное</u>	<u>130</u>	<u>2,69</u>	<u>4,55</u>	<u>18,1</u>
<u>Отварная свекла</u>	<u>50</u>	<u>0,35</u>	<u>0,05</u>	<u>0,95</u>
<u>Хлеб пшеничный формовой</u>	<u>30</u>	<u>2,55</u>	<u>0,99</u>	<u>12,75</u>
<u>Чай с сахаром</u>	<u>200</u>	<u>0,12</u>	<u>0,03</u>	<u>8,02</u>

Ответственный за составление меню

/ Зражаева Ю.С./