



МЕНЮ

На 28 декабря 2023 г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Рыба, тушеная в томате с овощами	60	13.05	4.26	7.61
Каша пшеничная рассыпчатая	110	2.4	3.71	16.32
Овощи отварные	40	0,55	1,04	2,90
Хлеб пшеничный формовой	40	0.88	1.52	4.55
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром	200	0.1	0.03	7.02
10.00				
Фрукты свежие	100	0,5	0,14	15,0
Обед				
Суп из овощей	150	1,58	3,33	11,29
Котлета из говядины	60	8,88	12,94	10,45
Картофель отварной с маслом	110	2,22	3,34	27,96
Икра свекольная	40	0,4	2,06	3,3
Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52
Компот из смеси сухофруктов	150	0,21	0,01	11,72
полдник				
Пряник	40	0,44	0,04	20,3
Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6,0
ужин				
Каша рисовая молочная жидкая	150	3.88	6.17	27.53
Яйцо вареное	49	6,22	5,68	0,34
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75
Кофейный напиток с молоком	180	1.43	0.48	19.95

Ответственный за составление меню _____

З/С

/Зражаева Ю.С.

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 28 декабря 2023 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Рыба, тушенная в томате с овощами	80	15.2	5.17	10.76
Каша пшеничная рассыпчатая	130	2.69	4.55	18.1
Овощи отварные	60	0,82	2,06	4,35
Хлеб пшеничный формовой	60	1.29	2.28	6.48
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	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 из овощей	200	2,11	4,44	15,06
Котлета из говядины	80	10,04	14,60	13,43
Картофель отварной с маслом	130	2,63	4,15	31,23
Икра свекольная	60	0,58	3,08	4,82
Хлеб ржаной	50	4,05	0,5	24,4
Компот из смеси сухофруктов	180	0,26	0,01	14,07
полдник				
Пряник	50	0,55	0,05	28,5
Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2
ужин				
Каша рисовая молочная жидкая	199	4.61	8.57	31.23
Яйцо вареное	49	6,22	5,68	0,34
Хлеб пшеничный формовой	39	3.4	1.32	17.0
Кофейный напиток с молоком	200	1.5	0.5	21.0

Ответственный за составление меню

/Зражаева Ю.С.