

9 «Утверждаю»

МБДОУ № 215

Ю. Деникова



МЕНЮ

На 18 декабря 2023г.

блюдо	содержание			
	Выход в гр	белки	жир	Угле- воды
<b>завтрак</b>				
Отварные макароны	120	5.49	4.68	27.34
Икра кабачковая (промышленного производства)	49	0.8	3.15	3.7
Чай с сахаром	200	0.12	0.03	8.02
Сыр порционный	12	3.13	3.84	0.04
Масло сливочное	5	0.03	3.63	0.04
Хлеб	39	3.4	1.32	17.0
			<b>10.00</b>	
Сок	160	0.8	0.16	16.0
<b>Обед</b>				
Суп крестьянский с крупой	200	2.42	5.63	19.8
Птица отварная	83	5.58	8.53	20.41
Пюре картофельное	130	2.69	4.55	18.1
Отварные овощи ( морковь )	60	0.73	2.11	4.26
Компот из смеси сухофруктов	180	0.26	0.1	14.07
Хлеб ржаной	48	4.05	0.5	24.4
<b>полдник</b>				
Ватрушка с творожным фаршем	79	8.06	9.6	41.13
Кефир	181	5.04	4.5	7.2
<b>ужин</b>				
Суп молочный с крупой пшеничной	199	5.24	4.77	30.47
Кофейный напиток с молоком	198	2.94	2.62	14.39
Яйцо отварное	49	6.22	5.63	0.34
Хлеб	41	3.28	0.4	27.52

Ответственный за составление меню

/ Зражасва Ю.С. /