



МЕНЮ

На 12 января _2024г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Запеканка из творога с морковью, со сметаной	126/35	7.04	11.47	20.0
Хлеб пшеничный формовой	40	3.4	1.32	17.0
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром	200	0.12	0.03	8.02
10:30-11:00				
Фрукты свежие	100	1.5	0.5	21.0
Обед				
Суп картофельный с клецками	200	2.99	4.53	17.46
Жаркое по-домашнему	199	9.99	15.44	33.97
Овощи отварные(свекла)	60	0.73	2.11	4.26
Хлеб ржаной	50	4.05	0.5	24.4
Кисель из сухофруктов	180	0.15	0.1	10.2
полдник				
Булочка домашняя	70	5.74	10.0	39.09
Кисломолочный напиток	197	5.04	4.5	7.2
ужин				
Суп молочный с крупой гречневой	198	5.78	5.06	28.83
Хлеб пшеничный формовой	40	3.4	1.32	17.0
Яйцо отварное	49	6.22	5.63	0.43
Кофейный напиток с молоком	199	2.94	2.62	14.39

Ответственный за составление меню _____

/ Зражаева Ю.С./



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 12 января 2024г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр.	белки	жиры	Угле воды
завтрак				
Запеканка из творога с морковью, со сметаной	105/35	6.37	9.68	26.61
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром	180	0.1	0.03	7.02
10:30-11:00				
Фрукты свежие	100	0.6	0.14	15.0
Обед				
Суп картофельный с клецками	150	2.62	3.49	14.96
Жаркое по-домашнему	150	7.32	10.99	27.66
Овощи отварные(свекла)	40	0.49	1.07	2.84
Хлеб ржаной	40	3.24	0.4	19.52
Кисель из сухофруктов	150	0.1	0.01	8.8
полдник				
Булочка домашняя	60	5.0	8.12	35.28
Кисломолочный напиток	143	4.2	3.75	6.0
ужин				
Суп молочный с крупой гречневой	148	4.56	4.49	26.54
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75
Яйцо отварное	49	6.22	5.63	0.43
Кофейный напиток с молоком	179	2.64	2.35	12.64

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