

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова



МЕНЮ

На 23 января 2024 г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>				
Каша из хлопьев «Геркулес» жидкая	149	5.04	5.67	22.84
Хлеб пшеничный	34	2.98	1.16	14.88
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Какао с молоком	149	2.83	2.47	12.15
			<b>10.00</b>	
Сок	150	0.01	-----	0.09
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с фрикадельками	157	9.21	9.85	10.41
Печень говяжья по-строгановски	60	6.59	7.08	7.0
Каша пшеничная рассыпчатая	100	2.95	2.68	16.45
Капуста тушеная	40	0.88	1.52	4.55
Компот из с/ф	150	0.22	0.01	11.89
Хлеб ржаной	39	3.24	0.4	19.52
<b>полдник</b>				
Печенье	21	1.5	1.96	16.13
Кефир	180	5.04	4.5	7.2
<b>ужин</b>				
Запеканка из творога с соусом молочным	100/35	4.74	12.57	19.28
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63
Свежие фрукты	95	1.43	0.48	19.95
Чай с сахаром	180	0.1	0.03	7.02

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

/Зражаева Ю.С. /



«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ № 215  
О.Ю. Деникова

МЕНЮ

На 23 января 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>				
Каша из хлопьев «Геркулес» жидкая	200	6.93	7.59	25.9
Хлеб пшеничный	41	3.4	1.32	17.0
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Какао с молоком	198	3.19	2.77	13.84
			<b>10.00</b>	
Сок	160	0.01	-----	0.09
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с фрикадельками	200	9.84	10.21	15.2
Печень говяжья по- строгановски	80	8.04	11.57	12.9
Каша пшеничная рассыпчатая	111	4.12	3.6	23.03
Капуста тушеная	60	1.29	2.28	6.48
Компот из с/ф	180	0.26	0.01	14.07
Хлеб ржаной	50	4.05	0.5	24.4
<b>полдник</b>				
Печенье	53	3.75	4.9	37.2
Кефир	197	5.06	5.0	8.0
<b>ужин</b>				
Запеканка из творога с соусом молочным	131/35	6.38	16.2	24.04
Хлеб пшеничный	40	3.4	1.32	17.0
Свежие фрукты	100	1.5	0.5	21.0
Чай с сахаром	200	0.12	0.03	8.02

Ответственный за составление меню \_\_\_\_\_ /Зражаева Ю.С. /