«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 29 марта 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак			
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	112	6.3	13.32	33.3
Хлеб пшеничный йодированный	39	3.4	1.32	17.0
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром и лимоном	200	0.12	0.03	8.02
	10.00			
Фрукты свежие	100	1.5	0.5	21.0
	Обед			
Борщ с капустой и картофелем	200	1.84	5.42	10.87
Гуляш из отварной говядины	76	6.51	6.0	14.39
Пюре картофельное	129	2.69	4.55	18.1
Икра морковная	60	0.64	3.06	4.94
Хлеб ржаной	49	4.05	0.5	24.4
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	179	0.9	0.18	18.0
	полдник			
Булка российская	70	5.02	7.5	34.81
Кисломолочный напиток	181	5.04	4.5	7.2
	ужин			
Суп молочный с макаронными изделиями	199	5.98	6.4	20.67
Яйцо отварное	49	6,22	5,68	0,34
Хлеб пшеничный йодированный	39	3.4	1.32	17.0
Какао с молоком	199	3.19	2.77	13.84

Ответственный за составление меню_____/Зражаева Ю.С._/

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____ О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 29 марта 2024 г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
	завтрак			
Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	93	5.21	10.39	24.63
Хлеб пшеничный йодированный	30	2.55	0.99	12.75
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром и лимоном	180	0.1	0.03	7.02
	10.00			
Фрукты свежие	95	0.6	0.14	15.0
	Обед			
Борщ с капустой и картофелем	150	1.51	5.09	8.9
Гуляш из отварной говядины	57	5.68	5.82	13.24
Пюре картофельное	109	2.4	3.71	16.32
Икра морковная	40	0.45	2.05	3.4
Хлеб ржаной	40	3.24	0.4	19.52
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	149	0.75	0.15	15.0
	полдник			
Булка российская	60	4.46	6.69	33.79
Кисломолочный напиток	151	4.2	3.75	6.0
	ужин			
Суп молочный с макаронными изделиями	149	4.52	5.11	17.46
Яйцо отварное	49	6,22	5,68	0,34
Хлеб пшеничный йодированный	30	2.55	0.99	12.75
Какао с молоком	179	2.83	2.47	12.15

Ответственный за составление меню_____/Зражаева Ю.С._/