

«Утверждаю»

Заседующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 16 мая 2024 г.

блюдо	ЯСЛИ			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>				
Рыба отварная с соусом польским	54	13,05	4,26	7,61
Пюре картофельное	109	2,4	3,71	16,32
Капуста тушеная	40	0,88	1,52	4,55
Хлеб пшеничный формовый	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
<b>10.00</b>				
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	148	0,75	0,15	15,0
<b>обед</b>				
Свекольник	148	3,51	10,92	11,23
Рис отварной	151	10,07	17,89	36,58
Яйцо отварное	49	6,22	5,63	0,34
Икра морковная	40	0,45	2,05	3,4
Хлеб ржаной	41	3,24	0,4	19,52
Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89
<b>полдник</b>				
Пряник	95	0,44	0,04	20,3
Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2
<b>ужин</b>				
Каша манная молочная жидкая	150	3,88	6,17	27,53
Фрукты свежие	96	1,43	0,48	19,95
Хлеб пшеничный формовый	30	2,55	0,99	12,75
Молоко кипяченое	180	4,2	3,75	7,05

Ответственный за составление меню ЗМ /Зражаева Ю.С.



**МЕНЮ**  
 На 16 мая 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр	белки	жиры	Угле воды
<b>завтрак</b>				
Рыба отварная с соусом польским	72	15,02	5,17	10,76
Пюре картофельное	109	2,69	4,55	18,1
Капуста тушеная	60	1,29	2,28	6,48
Хлеб пшеничный формовый	40	3,4	1,32	17
Масло сливочное порциями	5	0,03	3,63	0,04
Чай с сахаром	200	0,12	0,03	8,02
<b>10.00</b>				
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	158	0,8	0,16	16,0
<b>обед</b>				
Свекольник	197	3,82	12,1	13,2
Рис отварной	151	10,07	17,89	36,58
Яйцо отварное	49	6,22	5,63	0,34
Икра морковная	60	0,64	3,06	4,94
Хлеб ржаной	31	4,05	0,5	24,4
Компот из смеси сухофруктов	200	0,13	0,01	7,07
<b>полдник</b>				
Пряник	119	0,55	0,05	28,5
Кисломолочный напиток	200	5,6	5,0	8,0
<b>ужин</b>				
Каша манная молочная жидкая	200	4,61	8,57	31,23
Фрукты свежие	101	1,5	0,5	21,0
Хлеб пшеничный формовый	40	3,4	1,32	17
Молоко кипяченое	180	4,2	3,75	7,05

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