

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 19 июля 2024 г.

блюдо	ЯСЛИ			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>				
Запеканка из творога с рисом	100	11.9	11.9	37.3
Соус молочный сладкий	30	3.3	3.18	7.86
Хлеб пшеничный формовой	20	2.55	0.99	12.75
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Кофейный напиток с молоком	180	2.64	2.35	12.39
<b>10.00</b>				
Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0.81	0.16	16.2
<b>обед</b>				
Свекольник	150	2.82	9.07	9.9
Жаркое по-домашнему	150	7.49	11.58	25.47
Овощи свежие порциями (помидор)	40	0.44	1.52	1.9
Хлеб ржаной	40	3.24	0.4	19.52
Компот из смеси сухофруктов	150	0.21	0.008	11.25
<b>ПОЛДНИК</b>				
Печенье	25	1.38	2.45	18.6
Кисломолочный напиток	150	4.02	3.75	6.0
Фрукты свежие	100	0.26	0.18	11.47
<b>ужин</b>				
Каша пшенная молочная жидкая	180	7.92	8.51	35.05
Хлеб пшеничный формовой	40	3.4	1.32	17.0
Чай с сахаром и лимоном	180	0.12	0.03	8.02

Ответственный за составление меню

*Зражаева Ю.С.*

/Зражаева Ю.С.



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

## МЕНЮ

На 19 июля 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>				
Запеканка из творога с рисом	120	11.9	11.9	37.3
Соус молочный сладкий	50	3.3	3.18	7.86
Хлеб пшеничный формовой	30	2.55	0.99	12.75
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Кофейный напиток с молоком	200	2.94	2.62	14.39
<b>10.00</b>				
Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0.9	0.18	18.0
<b>обед</b>				
Свекольник	200	3.82	12.1	13.2
Жаркое по-домашнему	200	9.99	15.44	33.97
Овощи свежие порциями (помидор)	50	0.55	0.1	1.9
Хлеб ржаной	50	4.05	0.5	24.4
Компот из смеси сухофруктов	180	0.26	0.01	14.07
<b>полдник</b>				
Печенье	25	1.38	2.45	18.6
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.2
Фрукты свежие	100	0.26	0.18	11.47
<b>ужин</b>				
Каша пшеничная молочная жидкая	200	8.8	9.46	38.95
Хлеб пшеничный формовой	50	4.25	1.65	21.25
Чай с сахаром и лимоном	200	0.12	0.03	8.02

Ответственный за составление меню

/Зражаева Ю.С.