



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова

МЕНЮ

На 26 июля 2024 г.

| блюдо | ЯСЛИ | | | |
|--|-------------|-------|-------|----------|
| | Выход в гр. | белки | жиры | Углеводы |
| завтрак | | | | |
| Каша из овсяных хлопьев» геркулес» жидкая | 180 | 6.37 | 9.68 | 26.61 |
| Хлеб пшеничный формовой | 25 | 2.55 | 0.99 | 12.75 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 0.03 | 3.63 | 0.04 |
| Сыр полутвердый | 9 | 0.1 | 0.03 | 7.02 |
| Чай с сахаром и лимоном | 180 | 0,1 | 0,02 | 6,45 |
| 10.00 | | | | |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные | 180 | 0.9 | 0.18 | 18.0 |
| обед | | | | |
| Суп из овощей | 150 | 2.62 | 3.49 | 14.96 |
| Тефтели из говядины в молочном соусе | 60 | 7.32 | 10.99 | 27.66 |
| Картофель отварной с маслом | 110 | 0.49 | 1.07 | 2.84 |
| Овощи свежие (Порциями) помидоры | 40 | 3.24 | 0.4 | 19.52 |
| Хлеб ржаной | 40 | 0.1 | 0.01 | 8.8 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,18 | 0,01 | 12,04 |
| полдник | | | | |
| Пряник | 40 | 5.0 | 8.12 | 35.28 |
| Кисломолочный напиток | 180 | 4.2 | 3.75 | 6.0 |
| ужин | | | | |
| Вареники ленивые со сметаной | 100 | 4.56 | 4.49 | 26.54 |
| Хлеб пшеничный формовой | 25 | 2.55 | 0.99 | 12.75 |
| Фрукты свежие | 100 | 6.22 | 5.63 | 0.43 |
| Какао с молоком | 180 | 2.64 | 2.35 | 12.64 |

Ответственный за составление меню

Зиц

/Зражаева Ю.С.



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова

МЕНЮ

На 26 июля 2024 г.

| блюдо | сад | | | |
|--|-------------|-------|-------|----------|
| | Выход в гр. | белки | жиры | Углеводы |
| завтрак | | | | |
| Каша из овсяных хлопьев» геркулес» жидкая | 200 | 6.93 | 7.59 | 25.9 |
| Хлеб пшеничный формовой | 35 | 2.98 | 1.16 | 14.88 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 0.03 | 3.63 | 0.04 |
| Сыр полутвердый | 13 | 3.13 | 3.84 | 0.04 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,12 | 0,03 | 8,02 |
| 10.00 | | | | |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные | 180 | 0.9 | 0.18 | 18.0 |
| обед | | | | |
| Суп из овощей | 200 | 1.86 | 4.43 | 10.89 |
| Тефтели из говядины в молочном соусе | 80 | 14.24 | 18.56 | 13.5 |
| Картофель отварной с маслом | 130 | 2.63 | 4.15 | 51.23 |
| Овощи свежие (Порциями) помидоры | 50 | 0.55 | 0.1 | 1.9 |
| Хлеб ржаной | 50 | 4.05 | 0.5 | 24.4 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 0,26 | 0,01 | 14,07 |
| полдник | | | | |
| Пряник | 50 | 0.55 | 0.05 | 28.5 |
| Кисломолочный напиток | 200 | 5.6 | 5.0 | 8.0 |
| ужин | | | | |
| Вареники ленивые со сметаной | 120 | 7.37 | 13.68 | 29.07 |
| Хлеб пшеничный формовой | 35 | 2.98 | 1.16 | 14.88 |
| Фрукты свежие | 100 | 2.5 | 1.16 | 21 |
| Какао с молоком | 200 | 3.19 | 2.77 | 13.84 |

Ответственный за составление меню

Зражаева Ю.С.

/Зражаева Ю.С.