

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 20 августа 2024 г.



блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
завтрак				
Запеканка из творога	120	6.38	16.2	24.04
Соус молочный сладкий	50	3.3	3.18	7.86
Хлеб пшеничный формовой	40	3.4	1.32	17
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром и лимоном	200	0.12	0.03	8.2
10.00				
Фрукты свежие	100	1.5	0.5	21
обед				
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.66	5.39	11.73
Оладьи из печени по-кунцевски	80	4.8	1.86	5.04
Картофель отварной с маслом	130	2.63	4.15	31.23
Овощи свежие (порциями) огурец	50	0.35	0.05	0.95
Хлеб ржаной	50	4.05	0.5	24.4
Компот из смеси сухофруктов	180	0.26	0.01	14.07
полдник				
Булочка домашняя	70	5.74	10	39.09
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.2
ужин				
Каша из овсяных хлопьев «геркулес» жидкая	200	6.93	7.59	25.9
Хлеб пшеничный формовой	40	3.4	1.32	17
Яйцо отварное	49	6.22	5.68	0.34
Кофейный напиток с молоком	200	2,94	2,62	14.39

Ответственный за составление меню _____

/Зражаева Ю.С.