

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 17 сентября 2024 г.

| блюдо | ЯСЛИ | | | |
|---|-------------|-------|-------|----------|
| | Выход в гр. | белки | жиры | Углеводы |
| завтрак | | | | |
| Запеканка из творога | 100 | 4,78 | 12,15 | 18,03 |
| Соус молочный сладкий | 40 | 2,47 | 2,38 | 5,89 |
| Хлеб пшеничный формовой | 30 | 2.98 | 1.16 | 14.88 |
| Масло сливочное (порциями) | 5 | 0.03 | 3.63 | 0.04 |
| Чай с сахаром и лимоном | 180 | 0.12 | 0.03 | 8.2 |
| 10.00 | | | | |
| Фрукты свежие | 100 | 1.5 | 0.5 | 21 |
| обед | | | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 180 | 1,66 | 5,39 | 11,73 |
| Оладьи из печени по-кунцевски | 60 | 3,6 | 1,39 | 3,78 |
| Картофель отварной с маслом | 110 | 1,97 | 3,11 | 12,42 |
| Овощи свежие (порциями) огурец | 40 | 0,26 | 0,03 | 0,71 |
| Хлеб ржаной | 40 | 3.24 | 0.4 | 19.52 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0.22 | 0.01 | 11.89 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| Булочка домашняя | 60 | 4,92 | 8,57 | 33,50 |
| Кисломолочный напиток | 150 | 5.04 | 4.5 | 7.2 |
| ужин | | | | |
| Каша из овсяных хлопьев «геркулес» жидкая | 180 | 6,23 | 6,83 | 23,31 |
| Хлеб пшеничный формовой | 30 | 2.13 | 0.83 | 10.63 |
| Яйцо отварное | 49 | 6.22 | 5.68 | 0.34 |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,64 | 2,35 | 12,95 |

Ответственный за составление меню

/Зражаева Ю.С.

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 17 сентября 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.