



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова

МЕНЮ

На 27 сентября 2024 г.

| блюдо | ЯСЛИ | | | |
|-----------------------------------|-------------|-------|-------|----------|
| | Выход в гр. | белки | жиры | Углеводы |
| завтрак | | | | |
| 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 |
| 10.00 | | | | |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 150 | 0.81 | 0.16 | 16.2 |
| обед | | | | |
| 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 |
| полдник | | | | |
| 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 |
| ужин | | | | |
| 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 Зелю /Зражаева Ю.С.



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова

МЕНЮ

На 27 сентября 2024 г.

| блюдо | сад | | | |
|-----------------------------------|-------------|-------|-------|----------|
| | Выход в гр. | белки | жиры | Углеводы |
| завтрак | | | | |
| 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 |
| 10.00 | | | | |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 180 | 0.9 | 0.18 | 18.0 |
| обед | | | | |
| 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 |
| полдник | | | | |
| 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 |
| ужин | | | | |
| Каша пшенная 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.