



«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ № 215  
О.Ю. Деникова

## МЕНЮ

На 21 ноября 2024 г.

блюдо	ЯСЛИ			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>				
Биточки рыбные	60	3.8	42	5.76
Картофель отварной с маслом	110	1.97	3.1	23.4
Хлеб пшеничный формовой	30	2.2	0.87	11.63
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром и лимоном	180	0.02	2.72	0.03
<b>10.00</b>				
Фрукты свежие	95	0.6	0.14	15.0
<b>обед</b>				
Суп картофельный вегетарианский	150	1.89	4.1	618
Гуляш из отварной говядины	60	4.88	4.5	10.45
Макаронные изделия отварные	110	4.41	3.57	21.96
Икра кабачковая	40	0.34	1.76	2.22
Хлеб ржаной	40	3.03	0.37	18.3
Компот из смеси сухофруктов	150	0.22	0.01	11.89
<b>полдник</b>				
Крендель сахарный	60	4.98	4.98	21.96
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.2
<b>ужин</b>				
Каша рисовая молочная жидкая	150	3.57	4.17	22.46
Хлеб пшеничный формовой	25	2.13	0.83	10.63
Яйцо отварное	49	6.22	5.68	0.34
Какао с молоком	180	2.64	2.35	12.64

Ответственный за составление меню \_\_\_\_\_ / Сомкина А.О.



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова

## МЕНЮ

На 21 ноября 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>				
Биточки рыбные	80	5.1	5.68	7.68
Картофель отварной с маслом	130	2.63	4.15	31.23
Хлеб пшеничный формовой	35	2.98	1.16	14.88
Масло сливочное (порциями)	5	0.03	3.63	0.04
Чай с сахаром и лимоном	200	0.12	0.03	8.02
<b>10.00</b>				
Фрукты свежие	100	1.5	0.5	21
<b>обед</b>				
Суп картофельный вегетарианский	200	2.53	5.5	8.25
Гуляш из отварной говядины	80	6.51	6	14.39
Макаронные изделия отварные	130	5.88	4.76	29.29
Икра кабачковая	50	0.46	2.35	2.96
Хлеб ржаной	50	4.05	0.5	24.4
Компот из смеси сухофруктов	180	0.26	0.01	14.07
<b>ПОЛДНИК</b>				
Крендель сахарный	70	6.64	6.65	29.28.
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.2
<b>ужин</b>				
Каша рисовая молочная жидкая	200	5.54	8.62	30.4
Хлеб пшеничный формовой	35	2.98	1.16	14.88
Яйцо отварное	49	6.22	5.68	0.34
Какао с молоком	200	3.19	2.77	13.84

Ответственный за составление меню \_\_\_\_\_ / Сомкина А.О.