





«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова

## МЕНЮ

На 29 ноября 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	Углеводы
<b>завтрак</b>				
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
		<b>10.00</b>		
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	180	0.9	0.18	18.0
<b>обед</b>				
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
Икра морковная	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
<b>полдник</b>				
Пряник	50	0.55	0.05	28.5
Кисломолочный напиток	200	5.6	5.0	8.0
<b>ужин</b>				
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 \_\_\_\_\_ / Сомкина А.О.