«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 12 декабря 2024 г.

блюдо	ЯСЛИ			
	Выход в гр.	белки	жиры	углеводы
	завтрак			
Рыба отварная с соусом польским	60	13,05	4,26	7,61
Пюре картофельное	110	2.4	3,71	16,32
Капуста тушеная	40	0.88	1,52	4,55
Хлеб пшеничный	30	2.55	0,99	12,75
Масло сливочное порциями	5	0,03	3,63	0,04
Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02
	10.00			
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	150	0.75	0.15	15.0
	обед			
Свекольник	150	3,51	10,92	11.23
Плов из говядины	150	8,58	14,36	30,08
Икра морковная	40	0,45	2,05	3,4
Хлеб ржаной	40	3.24	0.4	19.52
Компот из смеси сухофруктов	150	0.22	0.01	11.89
	полдник			
Пряник	40	0,44	0,04	20,3
Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2
	ужин			
Каша манная молочная жидкая	150	3.88	6,17	27,53
Фрукты свежие	95	1,43	0,48	19,95
Хлеб пшеничный	30	2.55	0.99	12,75
Молоко кипяченое	150	4,2	3,75	7.05

Ответственный за составление меню_____/ Сомкина А.О.

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

_____О.Ю.Деникова

МЕНЮ

На 12 декабря 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	углеводы
	завтрак			
Рыба отварная с соусом польским	80	15,02	5,17	10,76
Пюре картофельное	130	2.69	4,55	18,1
Капуста тушеная	60	1,29	2,28	6,48
Хлеб пшеничный формовый	40	3,4	1,32	17
Масло сливочное порциями	5	0,03	3,63	0,04
Чай с сахаром	200	0,12	0,03	8,02
	10.00			
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	160	0.8	0.16	16.0
	обед			
Свекольник	200	3,82	12,1	13,2
Плов из говядины	200	10,07	17,89	36,58
Икра морковная	60	0,64	3,06	4,94
Хлеб ржаной	50	4,05	0.5	24,4
Компот из смеси сухофруктов	200	0.13	0.01	7,07
полдник				
Пряник	50	0,55	0,05	28,5
Кисломолочный напиток	200	5,6	5,0	8,0
ужин				
Каша манная молочная жидкая	200	4,61	8,57	31,23
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,0
Хлеб пшеничный формовый	40	3,4	1,32	17
Молоко кипяченое	180	4,2	3,75	7.05

Ответственный за составление меню_____/ Сомкина А.О.