



Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова

### МЕНЮ

На 25 декабря 2024 г.

| блюдо                              | ЯСЛИ        |       |      |          |
|------------------------------------|-------------|-------|------|----------|
|                                    | Выход в гр. | белки | жиры | углеводы |
| <b>завтрак</b>                     |             |       |      |          |
| Каша «Дружба»                      | 150         | 3.63  | 3.75 | 13.15    |
| Хлеб пшеничный                     | 30          | 2.55  | 0.99 | 12.75    |
| Масло сливочное (Порциями)         | 5           | 0.03  | 3.63 | 0.04     |
| Сыр полутвердый (Порциями)         | 9           | 2.17  | 2.66 | 0.03     |
| Кофейный напиток с молоком         | 180         | 2.64  | 2.35 | 12.64    |
| <b>10.00</b>                       |             |       |      |          |
| Фрукты                             | 95          | 0.6   | 0.14 | 15.0     |
| <b>обед</b>                        |             |       |      |          |
| Суп с макаронами и картофелем      | 150         | 1.81  | 2.33 | 11.6     |
| Бифштекс рубленый паровой          | 60          | 6.38  | 6.74 | 2.91     |
| Каша гречневая рассыпчатая         | 110         | 6.05  | 4.43 | 27.9     |
| Икра свекольная                    | 40          | 0.41  | 2.06 | 3.37     |
| Хлеб ржаной                        | 40          | 3.24  | 0.4  | 19.52    |
| Компот из с/ф                      | 150         | 0.22  | 0.01 | 11.89    |
| <b>полдник</b>                     |             |       |      |          |
| Булочка дорожная                   | 60          | 5.39  | 8.28 | 28.56    |
| Кисломолочный напиток              | 150         | 4.2   | 3.75 | 6.0      |
| <b>ужин</b>                        |             |       |      |          |
| Рыба, запеченная в сметанном соусе | 60          | 3.21  | 5.11 | 11.65    |
| Картофель отварной с маслом        | 110         | 2.22  | 3.34 | 27.96    |
| Овощи отварные (морковь)           | 40          | 0.55  | 1.04 | 2.9      |
| Хлеб пшеничный                     | 25          | 2.13  | 0.83 | 10.63    |
| Чай с сахаром и лимоном            | 180         | 0.1   | 0.03 | 7.02     |

Ответственный за составление меню \_\_\_\_\_ / Сомкина АО.



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

## МЕНЮ

На 25 декабря 2024 г.

| блюдо                              | сад         |       |      |          |
|------------------------------------|-------------|-------|------|----------|
|                                    | Выход в гр. | белки | жиры | углеводы |
| <b>завтрак</b>                     |             |       |      |          |
| Каша «Дружба»                      | 180         | 4.72  | 4.95 | 15.37    |
| Хлеб пшеничный                     | 40          | 3.4   | 1.32 | 17.0     |
| Масло сливочное (Порциями)         | 5           | 0.03  | 3.63 | 0.04     |
| Сыр полутвердый (Порциями)         | 13          | 3.13  | 3.84 | 0.04     |
| Кофейный напиток с молоком         | 200         | 2.94  | 2.62 | 14.39    |
| <b>10.00</b>                       |             |       |      |          |
| Фрукты                             | 100         | 1.5   | 0.5  | 21.0     |
| <b>обед</b>                        |             |       |      |          |
| Суп с макаронами и картофелем      | 200         | 2.43  | 3.44 | 14.83    |
| Бифштекс рубленый паровой          | 80          | 7.51  | 8.4  | 5.11     |
| Каша гречневая рассыпчатая         | 130         | 8.07  | 5.67 | 31.9     |
| Икра свекольная                    | 60          | 0.59  | 3.08 | 4.89     |
| Хлеб ржаной                        | 50          | 4.05  | 0.5  | 24.4     |
| Компот из с/ф                      | 180         | 0.26  | 0.01 | 14.07    |
| <b>полдник</b>                     |             |       |      |          |
| Булочка дорожная                   | 70          | 6.21  | 9.15 | 30.5     |
| Кисломолочный напиток              | 180         | 5.04  | 4.5  | 7.2      |
| <b>ужин</b>                        |             |       |      |          |
| Рыба, запеченная в сметанном соусе | 80          | 5.7   | 6.81 | 12.38    |
| Картофель отварной с маслом        | 130         | 2.63  | 4.15 | 31.23    |
| Овощи отварные (морковь)           | 60          | 0.82  | 2.06 | 4.35     |
| Хлеб пшеничный                     | 30          | 2.55  | 0.99 | 12.75    |
| Чай с сахаром и лимоном            | 200         | 0.12  | 0.03 | 8.02     |

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