

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю.Деникова



МЕНЮ

На 10 января 2025 г.

блюдо	ЯСЛИ			
	Выход в гр.	белки	жиры	углеводы
<b>завтрак</b>				
Запеканка из творога с морковью, со сметаной	135	5,67	4,78	20,81
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
<b>10.00</b>				
Фрукты свежие (яблоки)	100	2,1	2,35	10,15
<b>обед</b>				
Суп картофельный с клецками	150	2,62	3,49	14,96
Рагу из птицы (филе)	160	8,12	11,51	21,79
Овощи отварные (свекла)	40	0,49	1,07	2,84
Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52
Кисель из сухофруктов	150	0,1	0,01	8,8
<b>полдник</b>				
Булочка домашняя	60	1,98	2,87	22,75
Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6
<b>ужин</b>				
Суп молочный с крупой гречневой	150	4,56	4,49	26,54
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,99	12,75
Яйцо вареное	49	6,22	5,63	0,34
Кофейный напиток с молоком	180	2,64	2,35	12,64

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

