

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова



МЕНЮ

На 20 января 2025 г.

блюдо	ЯСЛИ			
	Выход в гр.	белки	жиры	углеводы
завтрак				
Макаронные изделия отварные	90	2,93	1,18	9,78
Икра кабачковая (промышленного производства)	40	0,64	0,92	10,96
Хлеб пшеничный йодированный	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
Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02
10.00				
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	150	2,1	2,35	10,15
обед				
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,39	5,07	10,12
Птица в соусе с томатом	60	5,91	6,19	10,42
Пюре картофельное	110	2,4	3,71	16,32
Овощи отварные (свекла)	40	0,49	1,07	2,84
Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52
Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89
ПОЛДНИК				
Ватрушка с творожным фаршем	60	2,87	3,48	25,2
Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6
ужин				
Суп молочный с крупой пшеничной	150	0,35	2,78	25,02
Хлеб пшеничный йодированный	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.



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.Ю. Деникова

МЕНЮ

На 20 января 2025 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	углеводы
завтрак				
Макаронные изделия отварные	120	3,19	1,38	12,64
Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,96	1,78	14,44
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,4	1,32	17
Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04
Сыр полутвердый (порциями)	13	3,13	3,84	0,04
Чай с сахаром	200	0,12	0,03	8,02
10.00				
Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	160	2,7	3	13,05
обед				
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,66	5,39	11,73
Птица в соусе с томатом	80	9,49	8,47	18,81
Пюре картофельное	130	2,69	4,55	18,1
Овощи отварные (свекла)	60	0,73	2,11	4,26
Хлеб ржаной	50	4,05	0,5	24,4
Компот из смеси сухофруктов	180	0,26	0,01	14,07
ПОЛДНИК				
Ватрушка с творожным фаршем	80	3,95	4,89	32,1
Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2
ужин				
Суп молочный с крупой пшеничной	200	1,24	5,43	33,52
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,4	1,32	17
Яйцо вареное	49	6,22	5,63	0,34
Кофейный напиток с молоком	200	2,94	2,62	14,39

Ответственный за составление меню _____

АС

/ Сомкина А.О.