

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 215

О.В. Деникова



МЕНЮ

На 22 января 2025 г.

блюдо	ЯСЛИ			
	Выход в гр.	белки	жиры	углеводы
завтрак				
Каша "Дружба"	150	1,03	0,75	15,15
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
10.00				
Фрукты свежие (яблоки)	100	2,1	2,35	10,15
обед				
Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	1,81	2,33	11,6
Котлеты из говядины	60	4,18	7,54	7,4
Каша вязкая гречневая	110	4,79	4,13	17,28
Икра свекольная	40	0,41	2,06	3,37
Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52
Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89
полдник				
Булочка дорожная	60	2,1	3,31	24,45
Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6
ужин				
Рыба, запеченная в сметанном соусе	60	5,93	6,5	4,37
Картофель отварной с маслом	110	2,22	3,34	27,96
Овощи отварные (морковь)	40	0,55	1,04	2,9
Хлеб пшеничный	20	1,7	0,66	8,5
Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02

Ответственный за составление меню _____ / Сомкина АО.



«Утверждаю»
Заведующий МБОУ № 215
Ю.И. Деникова

МЕНЮ

На 22 января 2024 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	углеводы
завтрак				
Каша "Дружба"	180	1,32	1,55	20,77
Хлеб пшеничный	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
Кофейный напиток с молоком	200	2,94	2,62	14,39
10.00				
Фрукты свежие (яблоки)	100	2,7	3	13,05
Напиток витаминизированный	200	0,13	0,01	7,07
обед				
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,43	3,44	14,83
Котлеты из говядины	80	5,91	9,1	12,78
Каша вязкая гречневая	130	5,66	4,88	20,42
Икра свекольная	60	0,59	3,08	4,89
Хлеб ржаной	50	4,05	0,5	24,4
Компот из смеси сухофруктов	180	0,26	0,01	14,07
полдник				
Булочка дорожная	70	3,06	4,53	31,95
Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2
ужин				
Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	7,8	7,93	11,02
Картофель отварной с маслом	130	2,63	4,15	31,23
Овощи отварные (морковь)	60	0,82	2,06	4,35
Хлеб пшеничный	25	2,13	0,83	10,63
Чай с сахаром	200	0,12	0,03	8,02

Ответственный за составление меню _____

/ Сомкина А.О.