



«Утверждаю»

Заведующий МВДОУ № 215

О.Ю. Деникова

МЕНЮ

На 23 января 2025 г.

блюдо	ясли			
	Выход в гр.	белки	жиры	углеводы
завтрак				
Рыба отварная с соусом польским	60	2,65	1,16	2,61
Пюре картофельное	110	2,4	3,71	16,32
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
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				
Свекольник	150	3,51	10,92	11,23
Плов из говядины	150	7,28	3,11	25,05
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	20	1,2	2,6	23,3
Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2
ужин				
Каша манная молочная жидкая	150	2,32	6,1	9,1
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,55	0,99	12,75
Фрукты свежие (яблоки)	95	1,43	0,48	19,95
Молоко кипяченое	150	4,2	3,75	7,05

Ответственный за составление меню _____ / Сомкина А.О.



МЕНЮ

На 23 января 2025 г.

блюдо	сад			
	Выход в гр.	белки	жиры	углеводы
завтрак				
Рыба отварная с соусом польским	80	3,6	1,67	3,76
Пюре картофельное	130	2,69	4,55	18,1
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
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				
Свекольник	200	3,82	12,1	13,2
Плов из говядины	200	10,17	5,29	34,73
Икра морковная	60	0,64	3,06	4,94
Хлеб ржаной	50	4,05	0,5	24,4
Компот из смеси сухофруктов	180	0,26	0,01	14,07
полдник				
Пряник	50	2,45	4	31,2
Кисломолочный напиток	200	5,6	5	8
ужин				
Каша манная молочная жидкая	200	3,56	8,2	17,79
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,4	1,32	17
Фрукты свежие (яблоки)	100	1,5	0,5	21
Молоко кипяченое	180	5,04	4,5	8,46

Ответственный за составление меню _____ / Сомкина А.О.