



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №5
И. А. Бубликова

МЕНЮ на «03» декабря 2021 год.

Возраст: 1,5-3 и 3-7 лет.

Режим работы ДОУ: 12 часов

Наименование блюда	Масса порций(гр.)	Калорийность порции(ккал)
ЗАВТРАК		
Пудинг из творога запеченный	120/150	306/382
Соус сметанный	30/50	22/37
Молоко кипяченое	160/160	91
Хлеб пшеничный	30/40	73/97
Масло сливочное	5/5	33/33
Итого за завтрак:	345/405	525/640

2- завтрак

Апельсин	100	44/44
Итого за 2-ой завтрак:	100	44/44

ОБЕД

Салат из кв.капусты с луком	40/50	29/36
Свекольник	150/180	51/61
Гуляш из отварного мяса	70/77	109/121
Пюре картофельное с м/сл	110/130	100/119
Сок	150/180	73/88
Хлеб пшен./ржаной	10/20/20/30	24,2/24,2/52/78
Итого за обед:	580/677	410.4/555

ПОЛДНИК

Кефир	160/190	76/90
Булочка «Розовая»	50/60	129/155
	210/250	205/245

УЖИН

Суп молочный с крупой, м/сл.	180/180	110/132
Чай с сахаром	150/180	34/41
Хлеб пшен./ ржаной	20/30/20/20	49/73/52/52
Итого за ужин:	410/450	308/360
ВСЕГО:	1645/1882	14094/1836