Утверждаю
Заведующий МБДОУ№5
И. А. Бубликова

МЕНЮ
на «06» декабря 2021год.

Возраст: 1,5-3 и 3-7 лет.
Режим работы ДОУ:12часов

Наименование блюда	Масса порций(гр.)	Калорийность порции(ккал)
ЗАВТРАК		
Икра кабачковая консервированная	40/50	6/7
Омлет натуральный	60	127
Макарон. изд-я .отварные с м/сл	100	110
Чай с сахаром	150/180	77/92
Хлеб пшеничный йод.	30/40	73/97
Масло сливочное	5/5	33/33
Итого за завтрак:	**385/435**	**426/495**
2- завтрак		
Апельсин	100	**44/44**
Итого за 2-ой завтрак:	**100**	**44/44**
ОБЕД		
Помидор солёный	40/50	5/7
Суп картофельный с крупой на кур/б	150/180	54/65
Плов из птицы	150/190	269/341
Компот из сухофруктов	150/180	73/88
Хлеб пшен.йод.\ржаной	10/10//20/30	24,2/24,2/52/78
Итого за обед:	**520\640**	**477/603**
ПОЛДНИК		
Кефир	160/190	76/90
Ватрушка с повидлом	50/60	144/173
	210\250	**234/263**
УЖИН		
Суп молочный с крупой,м/сл	180/200	109/131
Какао с молоком	180/200	107/119
Хлеб пшен.йод./ ржаной	20/30/20/20	49/73/52/52
Итого за ужин:	**400/450**	**317/375**
ВСЕГО:	**1615/1875**	**1498/1780**