



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №5
И. А. Бубликова

МЕНЮ на «09» 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		
Суп молочный с манной крупой, м/сл.	150/180	110/132
Яйцо вареное	40/40	63/63
Какао с молоком	150/180	76/91
Хлеб пшеничный	30/40	73/97
Масло сливочное	5/5	33/33
Итого за завтрак:	375/445	355/441

2- завтрак

Апельсин	90/100	44/44
Итого за 2-ой завтрак:	90/100	44/44

ОБЕД

Свекольник, м/сл	150/180	69/83
Тефтели мясные (2й вариант)	70/80	93/106
Капуста тушеная, м/р.	110/150	83/93
Хлеб пшен./ржаной	10/10/20/30	24,2/24,2/52/78
Компот из сухофруктов, сахар	150/180	73/85
Итого за обед:	510/630	394/469

ПОЛДНИК

Кефир	160/190	76/90
Печенье	30/50	200/208
	200/255	312/352

УЖИН

Зел.горошек консервир.	40/50	34/42
Котлета рыбная	60/70	74/86
Каша пшеничная рассыпчатая с м/сл	110/130	162/192
Чай с лимоном	180/180	34/41
Хлеб пшен./ ржаной	10/10/20/20	49/73/52/52
Итого за ужин:	410/470	405/486
ВСЕГО:	1585/1900	1510/1792