



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ №5  
И. А. Бубликова

## МЕНЮ на «11» ноября 2021 год.

Возраст: 1,5-3 и 3-7 лет.

Режим работы ДОУ: 12 часов

Наименование блюда	Масса порций( гр.)	Калорийность порции(ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный с манной крупой, м/сл.	150/180	110/132
Какао с молоком	150/180	76/91
Хлеб пшеничный	30/40	73/97
Масло сливочное	5/5	33/33
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>345/445</b>	<b>355/415,8</b>
<b>2- завтрак</b>		
Яблоко	90/100	44/44
<b>Итого за 2-ой завтрак:</b>	<b>90/100</b>	<b>40/44</b>
<b>ОБЕД</b>		
Свекольник, м/сл	150/180	62/74
Тефтели мясные (2й вариант)	70/80	93/106
Капуста тушёная, 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
<b>Итого за обед:</b>	<b>500/640</b>	<b>359/488</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	160/190	76/90
Пряник	30/50	200/208
Сыр	10/15	
	<b>200/255</b>	<b>316/352</b>
<b>УЖИН</b>		
Огурец солёный	40/50	226/271
Котлета рыбная	60/70	70/86
Каша пшённая рассыпчатая с м/сл	110/130	22/37
Чай с лимоном	180/180	34/41
Хлеб пшен./ ржаной	10/10/20/20	49/73/52/52
<b>Итого за ужин:</b>	<b>410/470</b>	<b>388/474</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1455/1890</b>	<b>1605/1920</b>