



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ №5  
И. А. Бубликова

## МЕНЮ на «16» декабря 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 с м/с	150/180	110/132
Яйцо вареное	40/40	63
Кофейный напиток с молоком	150/180	76/91
Хлеб пшеничный	30\40	73/97
Масло сливочное	5	33
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>375/445</b>	<b>355/416</b>
<b>2- завтрак</b>		
Апельсин	100	44/44
<b>Итого за 2-ой завтрак:</b>	<b>100</b>	<b>44/44</b>
<b>ОБЕД</b>		
Рассольник ленинградский, м/р	150/180	54/65
Кнели куриные с рисом	70/80	93/106
Картофель отварной, м/сл.	110/120	83/98
Помидор солёный	30/40	
Компот из сухофруктов, сахар	150/180	73/88
Хлеб пшен./ржаной	10/10/20/30	24,2/24,2/52/78
<b>Итого за обед:</b>	<b>500/650</b>	<b>351.4/487</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Молоко кипячёное	160/200	78/90
Пряник	30\50	123/208
<b>Итого за полдник:</b>	<b>200/250</b>	<b>237/352</b>
<b>УЖИН</b>		
Котлета рыбная	50/70	225/271
Каша пшеничная, м/сл.	100/120	22/37
Икра кабачковая	30/40	48/52
Чай с сахаром, лимон	180\180	40
Хлеб пшен./ ржаной	20/30/20/20	48/73/52
<b>Итого за ужин:</b>	<b>400/450</b>	<b>387/473</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1585/1895</b>	<b>1374/1772</b>