



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ №5  
И. А. Бубликова

## МЕНЮ

на «17» сентября 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>		
Сырники из творога	120/150	281/351
Соус сметанный	30/50	25/42
Молоко кипяченое	160/160	91
Хлеб пшеничный	30/40	73/97
Масло сливочное	5/5	33/33
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>345/405</b>	<b>502/614</b>
<b>2- завтрак</b>		
Банан	100	44/44
<b>Итого за 2-ой завтрак:</b>		
<b>ОБЕД</b>		
Огурец свежий	40/50	5/7
Суп картофельный с бобовыми, м/раст	150/180	62/74
Гуляш из отварного мяса	70/77	110/121
Картофельное пюре, м/сл.	110/130	110/119
Сок фруктовый	180/200	73/88
Хлеб пшен./ржаной	10/10//20/30	24,2/24,2/52/78
<b>Итого за обед:</b>	<b>570/687</b>	<b>441/513</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Кефир	160/190	76/90
Булочка « Школьная»	50/60	151/181
<b>Всего</b>	<b>210\250</b>	<b>229/276</b>
<b>УЖИН</b>		
Суп молочный с гречневой крупой, м/сл.	150/180	226/271
Чай с сахаром	150/180	34/41
Хлеб пшен./ ржаной	20/30/20/20	49/73/52/52
<b>Итого за ужин:</b>	<b>340/410</b>	<b>388/474</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1565/1852</b>	<b>1605/1920</b>

Утверждаю