



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №5
И. А. Бубликова

МЕНЮ

на «17» 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 | | |
| Пудинг из творога запеченный | 120/150 | 306/382 |
| Соус сметанный | 30/50 | 22/37 |
| Какао с молоком, сахар | 160/180 | 91 |
| Хлеб пшеничный | 30/40 | 73/97 |
| Масло сливочное | 5/5 | 33/33 |
| Итого за завтрак: | 345/405 | 525/640 |

2- завтрак

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

ОБЕД

| | | |
|-----------------------------------|----------------|------------------|
| Помидор солёный | 40/50 | 29/36 |
| Суп картофельный с бобовыми, м/р. | 150/180 | 51/61 |
| Курица в соусе с томатом | 60/70 | 109/121 |
| Пюре картофельное с м/сл | 110/130 | 100/119 |
| Компот из с/ф, сахар | 150/180 | 73/88 |
| Хлеб пшен./ржаной | 10/20//20/30 | 24,2/24,2/52/78 |
| Итого за обед: | 540/660 | 410.4/555 |

ПОЛДНИК

| | | |
|-------------------|----------------|----------------|
| Молоко кипячёное | 160/190 | 76/90 |
| Булочка «Розовая» | 50/60 | 129/155 |
| | 210/250 | 205/245 |

УЖИН

| | | |
|------------------------------|------------------|-------------------|
| Суп молочный с крупой, м/сл. | 180/200 | 110/132 |
| Чай с сахаром | 150/200 | 34/41 |
| Хлеб пшен./ ржаной | 20/30/20/30 | 49/73/52/52 |
| Итого за ужин: | 380/450 | 308/360 |
| ВСЕГО: | 1645/1865 | 14094/1836 |