



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ №5  
И. А. Бубликова

## МЕНЮ на «28» 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 макаронными изделиями с м/сл	150/180	109/130,7
Чай с сахаром	150/180	89/107
Хлеб пшеничный	30/40	73/97
Масло сливочное	5/5	33/33
<b>Итого за завтрак:</b>	<b>335/405</b>	<b>367/430</b>
<b>ОБЕД</b>		
Салат из квашеной капусты, м/р.	40/50	5/7
Борщ с капустой и картофелем	150/180	62/74
Плов из птицы, м/сл	190	139/162
Компот из сухофруктов, сахар	150/180	73/88
Хлеб пшен./ржаной	10/10/20/20	24,2/24,2/52/78
<b>Итого за обед:</b>	<b>540/640</b>	<b>460/556</b>
<b>ПОЛДНИК</b>		
Молоко кипячёное	160/190	76/90
Пряник	30/50	63/105
	<b>200/250</b>	<b>175/250</b>
<b>УЖИН</b>		
Рыба, тушенная с овощами	100/120	92/110
Каша пшенная, с м/сл	110/130	162/192
Чай с лимоном	150/180	34/41
Хлеб пшен./ ржаной	20\30/30/30	49/73/52/52
<b>Итого за ужин:</b>	<b>420/490</b>	<b>398/479</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1630/1945</b>	<b>1381/1696</b>