

## МДОБУ « Детский сад № 5»

## М Е Н Ю

28 . 11.2024г.

| №                           | Наименование<br>блюд                 | Сад      | Ясли     | Ккал        |
|-----------------------------|--------------------------------------|----------|----------|-------------|
| <b>Завтрак</b>              |                                      |          |          |             |
| 1.                          | Каша молочная жидкая<br>геркулесовая | 180/9    | 150/8    | 193/161,1   |
| 2.                          | Бутерброд с маслом                   | 37       | 35       | 113,3/98,3  |
| 3.                          | Какао с молоком                      | 180      | 150      | 111,8/93,2  |
| <b>Второй завтрак 10:00</b> |                                      |          |          |             |
|                             | Фрукты                               | 110      | 110      | 46          |
| <b>Обед</b>                 |                                      |          |          |             |
| 1.                          | Свекольник со сметаной с<br>мясом    | 200/7/15 | 150/6/10 | 118,1/88,6  |
| 2.                          | Тефтели рыбные                       | 70/30    | 60/25    | 160/137,5   |
| 3.                          | Рис припущенный                      | 150      | 120      | 204,3/162,1 |
| 4.                          | Компот из сухофруктов                | 180      | 150      | 90,6/77,6   |
| 5.                          | Хлеб пшеничный                       | 39       | 20       | 79,1/45,2   |
| 6.                          | Хлеб пшенично-ржаной                 | 38       | 30       | 74,9/64,2   |
| <b>Ужин</b>                 |                                      |          |          |             |
| 1.                          | Рагу из овощей                       | 150      | 150      | 170,5/128,5 |
| 2.                          | Вафли                                | 40       | 20       | 212/106     |
| 3.                          | Чай с сахаром                        | 180      | 150      | 53,3/42     |
| 4.                          | Хлеб пшеничный                       | 25       | 20       | 56,5/45,2   |

Шеф-повар

Н.А.Черемных

Приятного аппетита !!!