

## МДОБУ « Детский сад № 5»

## М Е Н Ю

20 . 09.2024г.

| №                           | Наименование<br>блюда                    | Салат | Ясли  | Ккал         |
|-----------------------------|------------------------------------------|-------|-------|--------------|
| <b>Завтрак</b>              |                                          |       |       |              |
| 1.                          | Каша молочная жидкая<br>ячневая          | 180/9 | 150/8 | 193/161,1    |
| 2.                          | Бутерброд с маслом и повидлом            | 65    | 55    | 179,3/110,3  |
| 3.                          | Чай без сахара                           | 180   | 150   | 1,08/0,9     |
| <b>Второй завтрак 10:00</b> |                                          |       |       |              |
|                             | Фрукты                                   | 110   | 95    | 46/23        |
| <b>Обед</b>                 |                                          |       |       |              |
| 1.                          | Салат картофельный с зеленым<br>горошком | 60    | 30    | 93,8/46,9    |
| 2.                          | Щи из свежей капусты со<br>сметаной      | 200/7 | 150/5 | 89,8/67      |
| 3.                          | Плов из отварной говядины                | 171   | 143   | 346,92/289,1 |
| 4.                          | Компот из сухофруктов                    | 180   | 150   | 90,6/77,6    |
| 5.                          | Хлеб пшеничный                           | 36    | 20    | 79,1/45,2    |
| 6.                          | Хлеб пшенично-ржаной                     | 34    | 30    | 74,9/64,2    |
| <b>Ужин</b>                 |                                          |       |       |              |
| 1.                          | Лапшевник с творогом                     | 150   | 120   | 220/176      |
| 2.                          | Вафли                                    | 20    | 20    | 212          |
| 3.                          | Кофейный напиток                         | 180   | 150   | 103,7/65     |
| 4.                          | Хлеб пшеничный                           | 25    | 20    | 56,5/45,2    |

Шеф-повар



Л.П.Кравцова

Приятного аппетита !!!