

## МДОБУ « Детский сад № 5»

## М Е Н Ю

21. 01 .2025г.

| №                           | Наименование<br>блюда                  | Сад   | Ясли  | Ккал        |
|-----------------------------|----------------------------------------|-------|-------|-------------|
| <b>Завтрак</b>              |                                        |       |       |             |
| 1.                          | Суп молочный с крупой гречневой        | 200   | 150   | 151,1/87,2  |
| 2.                          | Бутерброд с маслом и сыром             | 55    | 50    | 166,2/148,2 |
| 3.                          | Какао с молоком                        | 180   | 150   | 111,8/93,2  |
| <b>Второй завтрак 10:00</b> |                                        |       |       |             |
|                             | Сок                                    | 101   | 100   | 69          |
| <b>Обед</b>                 |                                        |       |       |             |
| 1.                          | Салат картофельный с солеными огурцами | 60    | 30    | 65,1/31,5   |
| 2.                          | Борщ из свежей капусты со сметаной     | 200/8 | 150/5 | 110,8/83,1  |
| 3.                          | Котлеты рыбные любительские            | 70    | 60    | 156/134,1   |
| 4.                          | Рис припущенный                        | 150   | 120   | 195/162,1   |
| 5.                          | Соус белый основной                    | 50    | 50    | 31,25       |
| 6.                          | Компот из сухофруктов                  | 180   | 150   | 90,6/77,6   |
| 7.                          | Хлеб пшеничный                         | 35    | 20    | 79,1/45,2   |
| 8.                          | Хлеб пшенично-ржаной                   | 39    | 30    | 74,9/64,2   |
| <b>Ужин</b>                 |                                        |       |       |             |
| 1.                          | Запеканка из творога                   | 150   | 120   | 304,5/233   |
| 2.                          | Молоко сгущенное                       | 30    | 30    | 99/66       |
| 3.                          | Вафли                                  | 20    | 20    | 106         |
| 4.                          | Кисель из облепихи                     | 180   | 150   | 98,5/45,2   |
| 5.                          | Хлеб пшеничный                         | 25    | 20    | 56,5/45,2   |

Шеф-повар

А Чернышова