УТВЕРЖДАЮ:
_____ __Карасева О.С.___
подпись расшифровка подписи

# МЕНЮ - 5

На 13 февраля 2026 г.

## ЗАВТРАК

| | | Ясли 1-3 | | Сад 3-7 | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | *Каша жидкая молочная гречневая с маслом сливочным* | *140/3* | *180,10* | *180/3* | *225,90* |
| 2. | Чай без сахара,с мармелодом | 170/10 | 48,86 | 180/20 | 96,30 |
| 3. | Бутерброд с сыром, маслом слив. | 25/5/5 | 115,67 | 30/5/5 | 128,77 |

## II Завтрак

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | Яблоки свежие | 100 | 47,00 | 100 | 47,00 |

## Обед

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | *Салат из моркови с сахаром* | *40* | *20,92* | *60* | *31,38* |
| 2. | *Суп гороховый с картоф.с мясными фрикад.* | 150/10 | *108,56* | 180/10 | 126,35 |
| 3. | Тефтели мясные | 50 | 92,46 | 70 | 129,44 |
| 4. | Рагу из овощей | 120 | 162,29 | 150 | 202,86 |
| 5. | Компот из свежих фруктов | 150 | 32,89 | 180 | 39,47 |
| 6. | Хлеб ржаной | 40 | 79,20 | 45 | 89,19 |

## Полдник

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | *Ряженка* | *150* | *76,00* | *180* | *92,00* |
| 2. | *Кондитерское изделие ( сушки)* | *20* | *66,20* | *20* | *66,20* |

## Ужин

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. | *Рыба тушеная с овощами* | *40/20* | 196,18 | 50/25 | 105,00 |
| 2. | *Пюре картофельное* | 120 | 190,80 | 140 | 128,10 |
| 3. | *Чай с сахаром и лимоном* | 150/5/5 | 21,78 | 180/6/7 | 26.48 |
| 4. | *Хлеб пшеничный* | 20 | 47,00 | 35 | 82,25 |
| 5. | Компот из свежих фруктов | Итого за 5 день 1404,19(ккал) | 32,89 | Итого за 5 день 1616,69(ккал) | 39,47 |