



Заведующий МБДОУ № 24  
Сальникова Т. Б.

| Меню № 5  | Масса порции   | Б            | Ж            | У             | Ккал           | Сборник рецепту            |
|---|----------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------------------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>  |                |              |              |               |                |                            |
| 1. Каша жидкая молочная гречневая ,с маслом сливочным   | 180/3          | 8,13         | 7,34         | 31,58         | 225,90         | №183 сб шк 2017            |
| 2. Чай без сахара , с мармеладом.                       | 180/2          | 0,09         | 0,02         | 23,84         | 96,30          | ТТК                        |
| 3. Бутерброд с сыром с маслом сливочным.                | 30/5/5         | 3,61         | 5,83         | 15,49         | 128,77         | №3 сб дошк 2016            |
| 4. Фрукт(яблоки)  | 100            | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 47,00          | №386 сб дошк 2016          |
| <b>ОБЕД</b>   |                |              |              |               |                |                            |
| 1. Салат из зеленого горошка к/с.                       | 50             | 1,49         | 2,59         | 3,13          | 41,8           | №10 сб шк 2016             |
| 2. Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками. | 180/10         | 5,95         | 4,97         | 11,98         | 126,35         | №87 ,128 сб дошк 2016      |
| 3.Тефтели мясные  | 70             | 8,10         | 7,29         | 7,87          | 129,44         | № 303 сб дошк 2016         |
| 4.Рагу из овощей  | 150            | 2,53         | 15,70        | 12,29         | 202,86         | №148 сб дошк 2016          |
| 5. Компот из свежих яблок.                              | 180            | 0,20         | 0,11         | 8,93          | 39,47          | ТТК                        |
| 6. Хлеб ржаной.   | 45             | 2,97         | 0,54         | 17,84         | 89,10          | Табл 6 стр 144 Дели +,2012 |
| <b>ПОЛДНИК</b>  |                |              |              |               |                |                            |
| 1. Кисломолочный напиток (ряженка).                     | 180            | 5,22         | 4,50         | 7,56          | 92             | №420 сб дошк 2016          |
| 2.Кондитерское изделие ,сушки                           | 20             | 2,18         | 0,26         | 13,76         | 66,20          | Табл 6 стр 138 Дели +,2012 |
| <b>УЖИН</b>   |                |              |              |               |                |                            |
| 1. Рыба тушеная с овощами.                              | 50/25          | 9,75         | 4,95         | 3,80          | 105            | №229 шк2017                |
| 2.Пюре картофельное                                     | 140            | 2,86         | 4,48         | 19,08         | 128,10         | №339 сб дошк 2016          |
| 3.Хлеб пшеничный  | 35             | 2,66         | 0,28         | 17,22         | 82,25          | Табл 6 стр 134             |
| 4. Чай сладкий с лимоном.                               | 180/6/7        | 0,13         | 0,03         | 6,23          | 26,48          | №412 Дели 2016             |
| <b>Итого: за 5 день</b>                                 | <b>1848,00</b> | <b>55,54</b> | <b>56,75</b> | <b>214,22</b> | <b>1616,69</b> |                            |