



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая

МДОУ детского сада № 5 г.Сердобска

Лимонова И.Н.

## МЕНЮ

20 октября 2022 г.

Наименование блюд	Вес, г / Калор, Ккал	
	Ясли	Сад
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша пшённая молочная	150/231,26	200/283,4
Хлеб пшеничный с маслом	30/6 – 65,12/47,24	40/7 – 104,8/55,12
Чай с сахаром	150/46,98	200/68,63
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		
Сок фруктовый	100/48,84	100/48,84
<b>ОБЕД</b>		
Салат из моркови	40/18,7	60/28,04
Свекольник со сметаной	150/6 – 89,42	250/10 – 133,23
Гуляш с гречневой кашей	150/186,43	250/387,8
Компот из сухофруктов	150/40,8	200/48,96
Хлеб ржано-пшеничный	40/77,92	50/94,76
Хлеб пшеничный	30/65,12	40/104,8
<b>ПОЛДНИК</b>		
Сырники со сгущенным молоком	100/198,53	100/198,53
Чай	100/80,88	100/80,88

**Итого калорийность: 1233,0 / 1673,5**