



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая

МДОУ детского сада № 5 г. Сердобска

Лимонова И.Н.

МЕНЮ

21 октября 2022 г.

Наименование блюд	Вес, г / Калор, Ккал	
	Ясли	Сад
ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	150/159,41	200/ 246,8
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
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100/48,84	100/48,84
ОБЕД		
Кабачковая икра	50/59,5	50/59,5
Рассольник со сметаной	150/5 – 84,7	250/8 – 120,3
Запеченная рыба	75/84,2	100/112,4
Картофельное пюре	110/129,7	110/129,7
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
ПОЛДНИК		
Ватрушка с творогом	60/218,5	90/321
Снежок	150/120	150/120

Итого калорийность: 1283,79 / 1671,37