



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ №5 «Голубок» г. Сальска

Т.Н. Киселевская

МЕНЮ на 10 февраля 2023 г.

|                                | Выход блюд в граммах |       | Энерг.ценность (ккал) |       |
|--------------------------------|----------------------|-------|-----------------------|-------|
|                                | ЯСЛИ                 | САД   | ясли                  | сад   |
| ЗАВТРАК                        |                      |       |                       |       |
| сух. маюшны фрегиван           | 150                  | 200   | 240,5                 | 250,5 |
| хлеб мякишечный                | 20                   | 30    | 44,0                  | 48,0  |
| масло сливочное                | 5                    | 6     | 37,5                  | 55,5  |
| кофейный напиток с молоком     | 150                  | 200   | 52,65                 | 70,2  |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК                 |                      |       |                       |       |
| 10 <sup>го</sup> - яблоко      | 50                   | 60    | 21,0                  | 29,4  |
| ОБЕД                           |                      |       |                       |       |
| борщ со сметаной               | 150/5                | 200/5 | 76,88                 | 102,5 |
| картофельная запеканка с сыром | 120                  | 160   | 198,0                 | 247,3 |
| салат из квашен. капусты       | 50                   | 60    | 55,3                  | 66,36 |
| мешью фруктовый                | 150                  | 200   | 178,8                 | 238,4 |
| хлеб мякишечный                | 20                   | 30    | 44,0                  | 48,0  |
| хлеб ржаной                    | 30                   | 30    | 72,0                  | 72,0  |
| ПОЛДНИК                        |                      |       |                       |       |
| печенье                        | 30                   | 50    | 156,0                 | 251   |
| сок фруктовый                  | 150                  | 200   | 103,5                 | 138   |