



УТВЕРЖДАЮ:

Карасева О.С. _____

расшифровка подписи



МЕШУ - 5

На 27 марта 2026г.

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

1.	Салат из зеленого горошка к/с	30	25,08	50	41,8
2.	Суп гороховый с картоф. с мясными фрикад.	150/10	108,56	180/10	126,35
3.	Гёфтели 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

Итого за 5 день
1408,35(ккал)

Итого за
5 день
1627,11(ккал)