

«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ  
«Д/с № 64 «Солнышко»  
Г.Г. Сунгатуллина

МЕНЮ 5 день на 24.10.25

| Наименование блюда                                      | Масса порций в гр., мл |               |
|---------------------------------------------------------|------------------------|---------------|
|                                                         |                        | ккал          |
| <b>Завтрак / Иртэнге аш</b>                             | 1-3 / 3-7              |               |
| Суп молочный с вермишелью                               | 180 / 200              | 108,0/120,0   |
| Какао с молоком                                         | 150 / 180              | 48,86/58,83   |
| Бутерброд с сыром и сливочным маслом                    | 25 / 30                | 132,83/146,10 |
| <b>2 завтрак/Икенче иртэнге аш</b>                      |                        |               |
| Фрукты свежие                                           | 100 / 100              | 47,0 /47,0    |
| <b>Обед /Төшке аш</b>                                   |                        |               |
| Винегрет овощной                                        | 40 / 60                | 50,04/75,06   |
| Суп из овощей с мясными фрикадельками со сметаной       | 150 / 180              | 84,86/106,12  |
| Котлеты рубленные из говядины                           | 50/70                  | 150,76/211,06 |
| Каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным | 110/130                | 116,60/141,96 |
| Компот из свежих яблок                                  | 150 / 180              | 46,05 / 55,25 |
| Хлеб ржаной                                             | 35 / 45                | 79,20 / 89,10 |
| <b>Полдник / Төштән соңгы аш</b>                        |                        |               |
| Кисломолочный продукт                                   | 150 / 180              | 76,0/91,80    |
| Кондитерское изделия (мармелад)                         | 10 / 10                | 83,0/83,0     |
| <b>Ужин / Кичке аш</b>                                  |                        |               |
| Элеш с птицей                                           | 75 / 100               | 183,75/245.0  |
| Чай с сахаром и лимоном                                 | 150 / 180              | 21,78 / 26,48 |