

Утверждаю: вр.и.о. заведующий Кулева О.В.

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

**МЕНЮ на 09 АПРЕЛЯ 2024г**



прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	омлет с маслом слив	130	130	197,42	219,6
	какао на молоке	150	200	89	118,67
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
	сыр российский	15	22	54	72
	масло сливочное	5	8	33,1	52,96
<b>итого</b>		<b>330</b>	<b>400</b>	<b>441,32</b>	<b>553,63</b>
2-й завтрак	яблоки	100	110	47	51,7
<b>итого</b>		<b>100</b>	<b>110</b>	<b>47</b>	<b>51,7</b>
обед	огурец свежий	30	40	3,19	4,25
	Рассольник с мясом и сметаной	150	200	62	83,2
	гуляш из отварного мяса	70	85	109	130
	греча с маслом слив	100	150	162	243
	компот курага	150	180	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
<b>итого</b>		<b>540</b>	<b>705</b>	<b>495,66</b>	<b>666,85</b>
полдник	печенье	40	50	170,8	213,5
	йогурт	160	200	92,73	115,91
<b>итого</b>		<b>200</b>	<b>250</b>	<b>263,53</b>	<b>329,41</b>
ужин	капуста тушеная со слив. маслом	180	210	144	165,9
	чай сладкий	190	200	38	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
<b>итого</b>		<b>400</b>	<b>450</b>	<b>249,8</b>	<b>296,3</b>
<b>итого за день</b>		<b>1570</b>	<b>1915</b>	<b>1497,31</b>	<b>1897,89</b>