

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

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

МЕНЮ на 12 А ПРЕЛЯ 2024г



прием пищи	наименование блюда	выход блюда		энергетическая ценность (ккал)	
		я	с	я	с
завтрак	каша рисовая с маслом	160	200	227	307
	кофейный напиток на молоке	150	200	70	93
	хлеб пшеничный	30	40	67.8	90.4
	масло сливочное	5	10	37.4	74.75
ИТОГО		345	450	402.2	565.15
2-й завтрак	сок	150	180	76	88.8
ИТОГО		150	180	76	88.8
обед	салат из помидор	20	25	37.56	46.95
	щи из свежей капусты с курицей и сметаной	150	200	102.67	125.3
	гуляш из мяса кур	70	85	109	130
	греча с маслом слив	100	150	162	243
	компот из св. фруктов	150	200	84.75	113
	хлеб ржаной	40	50	74.72	93.4
ИТОГО		530	710	570.7	751.65
полдник	зефир	40	50	153.2	191.5
	чай сладкий	180	200	36	40
ИТОГО		220	250	189.2	231.5
ужин	яйцо варёное	40	40	39.6	39.6
	макароны отварные с маслом слив	115	150	128.8	168
	чай сладкий	190	200	38	40
	хлеб пшеничный	30	40	67.8	90.4
ИТОГО		375	430	274.2	338
Итого за день		1620	2020	1512.3	1975.1