

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

МБДОУ «Детский сад комбинированного вида №29»

24 МАЯ 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
	сыр российский	15	22	54	72
итого		355	462	418,8	562,4
2-й завтрак	сок	150	180	76	88,8
итого		150	180	76	88,8
обед	щи из свежей капусты с курицей и сметаной	150	200	102,67	125,3
	гуляш из мяса кур	70	85	109	130
	макаронны отварные с маслом слив	115	150	128,8	168
	компот яблок	150	200	84,75	113
	хлеб ржаной	40	50	74,72	93,4
итого		525	685	499,94	629,7
полдник	вафли	40	50	192	240
	йогурт	160	200	86,93	115,91
итого		200	250	278,93	355,91
ужин	каша гречневая	180	200	163,1	193,5
	чай сладкий	190	200	38	40
	хлеб пшеничный	30	40	67,8	90,4
итого		400	440	268,9	323,9
итого за день		1630	2017	1542,57	1960,71